ज्ञानसागरांतील शिंपले



-संग्राहक-

गोविंद सीताराम गोखले

बलिप्रतिपदा १८७८  मूल्य अडीच रुपये

ज्ञानसागरांतील शिंपले



-संग्राहक-
गोविंद सीताराम गोखले

बलिप्रतिपदा १८७८  मूल्य अडीच रुपये

: प्रकाशक :
अ. स. वैद्य,
यशवन्त प्रकाशन,
६८९/२४ सदाशिव,
पुणे २.

मुद्रक
न. वा. लिमये,
महाराष्ट्र मुद्रणालय,
टिळक रोड पुणे २

प्रथमावृत्ति, १९५६

माझ्या आईस–आजीस सादर समर्पण

"मनोगत"

"विचार करण्याचीही एक सवय असते, सवयीने विचार वाढतो, रोजचे निरीक्षण, वृत्त, अनुभव दररोज टांचून ठेवायचें म्हटलें म्हणजे स्मरणाची, चिंतनाची, अनुशिलनाची सवय लागते; लहान मोठ्या प्रत्येक कृतिमधे कांही तरी "वृत्ति" असते, ती "वृत्ति" शोधण्याची सवय मनाला लाऊन घ्यावी, या उद्देशाने मी प्रयत्न करण्याचे ठरविले

"थेंबे थेंबे तळे साचे" या उक्तिप्रमाणे माझ्या ८।१० वर्षा-पूर्वीच्या लहानशा सवयीचे या पुस्तकात रूपांतर झाले आहे, असे मला वाटते. "चांगलें वाचले की ते टिपून ठेवणे" हीच एक सवय, पण त्या सवयीने आज चांगल्यापैकी मूळ धरले आहे, व त्या मुळाचे झालेले रोपटे या पुस्तकरूपाने वाचकाच्या पुढे येत आहे. या रोप-ट्यास इंग्रजी, मराठी मासिके, पुस्तके, व नियतकालिके यांचे बरेचसे खत घातले गेले आहे, त्यामुळेच हे रोपटे नीट फोफावले. स्थलाभावी या प्रत्येक खताचा नामनिर्देश करणे येथे केवळ अशक्य आहे ज्या लेखकांनीं, विचारवंतांनी, विद्वानांनी, शास्त्रज्ञांनी हे खत मिळण्याचे ठिकाण दाखविले, त्या सर्वांचाच मी अत्यंत ऋणी आहे

माझ्या वडिलांचें मित्र श्री. द. गो. जोशी यांनी या पुस्तकाच्या प्रसिद्धिस, मोठ्या आपुलकीने, हातभार लावला आहे, आणि विशेषत श्री. य. गो. जोशी यांनी आपल्या बंधूच्या सांगण्यावरून, या पुस्त-काच्या छपाईचें व प्रकाशनाचें काम मोठ्या आनंदाने केलें याबद्दल त्यांचे जितके आभार मानावे तितके थोडेच आहेत.

—गो. सी. गोखले

'शिंपले' उकलतांना-



सागर म्हणजे अथांग व विशाल. त्याच्या पोटांत खोलवर कितीतरी जडअजड, लहानमोठे जीवजंतू, डोंगर-पर्वत, अमोल रत्ने आणि कस्पटेहि सांठविलीं आहेत. पृथ्वीवर जेवढे काही आहे त्यापेक्षा अधिक समुद्रांत आहे; तेव्हा सागराची उपमा ज्ञानाला देण्याने त्याच्यासारखी अतर्क्य समृद्धि अभिप्रेत आहे व ती अगदी वाजवी आहे. ज्ञानाचीं अगणित अंगें आहेत व ती सारखी वाढत आहेत. एका माणसाला ही सर्व नुसती परिचित करून घेण्यासहि अनेक जन्म घ्यावे लागतील. मोठ्यात मोठ्या विद्वद्वरेण्यासहि काही मोजक्या ज्ञानशाखात पारंगतता मिळविता येते. तथापि आजच्या सुसंस्कृत उच्च समाजात सामान्य ज्ञानाची पातळी बरीच वर असलेली दिसून येईल ही पातळी गाठण्यास अनेक विषयाचे वरवरचे का होईना पण काही ज्ञान असणे आवश्यक होऊन बसलें आहे. त्यासाठी विविध क्षेत्रातील विद्वानाबरोबर जसे संभाषणाचे प्रसंग घडवून आणावे लागतात त्याचप्रमाणें विविध प्रकारचे संदर्भ-ग्रंथ हाताळावे लागतात. विशिष्ट माहितीसाठी असें साहित्य चाळता यावे म्हणून तरी अनेक निरनिराळ्या संदर्भ-ग्रंथाच्या अस्तित्वाची जाणीव असावी लागते संदर्भासाठीच तर सर्वज्ञानसंग्राहक ज्ञान-कोशासारखे संदर्भग्रंथ असतात. लहान लहान ज्ञानाचे कण संग्रहित करण्या-पासून तो मोठमोठे विषय विवेचण्यापर्यंतचे हे संदर्भ-ग्रंथ असतात.

अगदी प्राचीन काळापासून विद्याव्यासंगी लोकाची प्रवृत्ति जे उपयुक्त आपल्या वाचनात आले असेल किंवा माहीत असेल तें टिपून ठेवण्याकडे साहजिक आढळून येते. अग्निपुराणासारखी पुराणें किंवा 'शुक्रनीति' सारखे विविध विषयाना वाहिलेले ग्रंथ या विधानाची चांगली साक्ष देतील. खिस्ती पहिल्या शतकांतील प्लिनीच्या 'नॅचरल हिस्टरी' या कोशांत २०००० वर 'फॅक्ट्स' म्हणजे वास्तव माहितीच्या गोष्टी

आहेत. सर रिचर्ड फिलिप्सचा ‘ मिलियन ऑफ फॅक्ट्स ’ या नांवाचा प्रस्तुत ‘ शिपल्या’प्रमाणे एक ग्रथ आहे.

मराठीत मागे अशी पुस्तके होऊन गेलेली आढळतील. ‘ सारसग्रह ’ हे १८३१ सालचें आहे नंतर १८४७ साली गुजराथीवरून ‘ संसार चोपडी ’ निघाली. या चोपडीच्या बऱ्याच आवृत्ती निघाल्या. फार मजेदार असे. आपल्याकडे इग्रजी अमदानीतील पहिल्या पिढीचे ‘ लोकहितवादी ’ यांनीं कितीतरी वेगवेगळी माहिती सग्रहित करून छापली आहे ‘उपयुक्त माहिती’ चेच तीन भाग आहेत. दुभाषि आणि कपनी या प्रकाशकानी १८९३ मध्ये प्रसिद्ध केलेले ‘ माझे प्रिय पुस्तक अथवा व्यवहारदर्पण ’ असेच विविध गोष्टीनी भरलेले आहे, बेळगावचे प्रकाशक द. गो. सडेकर यानी ‘ प्रसग रत्नावली अथवा बुद्धि–वैभव ’, ‘ ज्ञानसिधु ’ व ‘ सर्वसग्रह ’ ही पुस्तके ५०–६० वर्षापूर्वीच छापलेली दिसतील.

न छापलेली किंवा छापण्यासाठीं तयार केलीच नसून आपल्या व कुटुबांतील पुढील पिढीच्या सदर्भासाठी म्हणून वेळोवेळी टिपून ठेवलेल्या माहितीच्या वह्या किंवा ‘ बाडे ’ कित्येक घरातून अडगळीत पडून असतात. अशी काही भारत इतिहास सशोधक मडळात सशोधून जतन करून ठेवलेली आहेत. आजहि काही वरील सारखे टिपणकार आढळतात. त्याच्या रोजनिशी किंवा टाचणे, वह्या नष्ट होऊ नयेत म्हणून ज्याना याची माहिती लागेल त्यानी त्या प्रयत्नाने मिळवून काळजीपूर्वक जतन करून ठेवाव्यात किंवा एखाद्या चागल्या सस्थेकडे द्याव्यात.

हे वर विवेचिलेले साहित्य कसे महत्त्वाचे असते याची चागली कल्पना प्रस्तुत ‘ ज्ञानसागरांतील शिपले ’ या पुस्तकावरून येईल. यातील कित्येक शिपले उची मोत्यानी भरलेले आहेत. काही कृत्रिम असले तरी बिघडलें नाही. हे शिपले वेंचणाराने किती काळ व किती कसोशीनें अनेक जलाशयातून त्याना वर काढण्याचे परिश्रम घेतले आहेत याची, पुस्तक नुसते चाळल्यासहि कल्पना येते. बहुतेक वाचक वाचनातील टिपणे काढण्यास कटाळतात. जवळ पेन्सील, कागद घेऊन बसावयाचे म्हणजे करमणुकीसाठीं वाचन कोठलें ? तो अभ्यासच झाला ! पण असा अभ्यास हौसेने रात्रदिवस करणारे महाभागहि भेटतात. म्हणून तर अशी पुस्तके निघतात. या कोश-

स्वरूपी पुस्तकांत तीनशेंच्या वर ' शिंपले ' आहेत. शिवाय प्रत्येक पानाच्या पायतळी एक एक सूक्ति किंवा सुवचन आहे, त्याची सख्या २०७ आहे.

या ' शिंपल्याचे ठोकळ विषयवार पुढील विभाग देखील पाडले आहेत— १ वाङमय व अध्यात्म; २ शरीर—शास्त्र; ३ प्राणिशास्त्र; ४ पदार्थ-विज्ञानशास्त्र; ५ विविध विषय; ६ ज्योतिषशास्त्र; ७ वनस्पतिशास्त्र; ८ व्यावहारिक गोष्टी व ९ करमणूक. यातील शेवटचे दोन विभाग सामान्य साक्षर वाचकाला फार उपयुक्त व मजेदार वाटतील. व्यवहारांतील नेहमीच्या अडचणीवर इलाज काय करावे हे त्याला चटकन् कळेल व करमणूक पाहिजे तर तीहि मिळेल. विषयसूचीवरून किती विविध माहिती थोडक्यात दिली आहे ते दिसेल व पृष्ठांकावरून ती लगेच काढून वाचतां येईल. काही उपयुक्त ' शिपल्या 'चा मासला पाहा—

(१) अतिशय थकवा आल्यास (पृ. ७६); (२) कपडे धुण्याची रीत (१२२); (३) कपड्यावरील डाग काढणे (१२१); (४) काद्याचे विविध उपयोग (१७१); (५) केस गळणें—टक्कल पडणे—केस काळे करणे (७८); (६) चेहऱ्यावरचे मुरुम, पुटकुळ्या व डाग नाहींसे करण्यास (७८); (७) जेवताना पाणी प्यावें का ? (५१); (८) झोप लागण्या-करिता (६६); (९) दृष्टि सुधारण्यास (७८); (१०) पडसे कशामुळें होते (३७), (११) फुलदाणीतील फुलें ताजी राखणे (१७०), (१२) ब्राह्मीचे तेल घरीं बनविणे (१७३); (१३) मुलास कोणत्या टाइपाचे पुस्तक वाचण्यास द्यावें (४२); (१४) लहान मुलाशी कसे वागावे ? (२२); (१५) लोकरीचे अगर रेशमी कपडे धुताना (१२२) ' (१६) वाचताना घेण्याची काळजी (४९); (१७) व्हॅसलीनचा उपयोग (१००); (१८) साबणाचे उपयोग (१०८); (१९) सुखी होण्याचा सोपा मार्ग (१३४)., (२०) सुती अगर लोंकरीचा कपडा ओळखणे (१२१); (२१) स्नान कसें करावे ? (६७); (२२) स्मरणशक्ति वाढविण्याचे पाच उपाय (६४); (२३) हिऱ्याची पारख (१०३); (२४) होतकरू वक्त्यासाठी (१४७).

या शलाका—परीक्षणावरूनहि प्रत्येक लहान मोठ्या माणसाला या पुस्त-काची जरूर आहे असे आढळेल. सामान्य ज्ञानासाठी अशा प्रकारची काहीं शालेय पुस्तके निघाली आहेत; पण इतके सर्वव्यापक उपयुक्त साहित्य

असणारे पुस्तक कित्येक वर्षात मराठीत निघालेलें नाही. तेव्हां या ' चव-चाल ' व ' छादिष्ट ' (हीं दोन्ही विशेषणे चागल्या अर्थांने आहेत) 'शिपले' वेचणाराचे आमच्यासारख्या समव्यवसायी कोशकारानी तरी अभिनदन करणे कर्तव्य ठरतें. लेखक अगदी तरुण विणकाम-विशारद आहेत. नागपूरच्या एम्प्रेस मिलमध्ये ते ' असिस्टट विव्हिग मास्टर ' च्या मोठ्या हुद्यावर आहेत. ' अमृत ' मासिकात त्याचे ज्ञानदायी लेख असतात. त्यांनी आतांपावेतो एक हजारावर मराठी–इग्रजी पुस्तके सार काढून घेण्याच्या दृष्टीने वाचली आहेत. जे आपण वाचतो त्याचा लाभ इतराना थोडाफार मिळावा या उद्देशाने ते वाचन करतात. अर्थात् कादबऱ्या–लघुकथा–नाटके त्याच्या वाचनात नसणार हे सागा-वयास नकोच. आमच्या तरुणाना हा आदर्श आहे यात शका नाही. असो

या ' ज्ञानसागरातील शिपल्या 'चे सग्राहक श्री गोविंदराव गोखले याना धन्यवाद देऊन व त्यानी असाच छद ठेवावा असे प्रेमाने सुचवून ही प्रस्तावना सपवितो.

चितामण गणेश कर्वे

वाङ्मय व अध्यात्म : : : १

ईश्वराच्या मूर्तीची कल्पना

ज्याने परमेश्वराची मूर्ति करण्याची कल्पना काढली तो मनुष्य खात्रीनें शहाणा होता. मूर्तीमुळे मनुष्याची चित्त-शुद्धि होते. ज्यावेळी पत्थराच्या मूर्तीवर मनुष्य देवत्वाची स्थापना करतो, त्यावेळी तो स्वतःचा विकास व उन्नति साधत असतो. मूर्ति नसती तर बागेतील फुले तोडून त्याच्या साहाय्याने मनुष्याने आपला देह शृंगारला असता; परंतु मनुष्य जेव्हा देवावर फुले वाहतो, तेव्हा आपली गंधवासना त्यानें अधिक संयमी व उन्नत केलेली असते. आपली वासना मिटवून टाकण्यासाठी उपभोगाचे विषय अर्पण करण्याची युक्ति ज्या माणसाने शोधून काढली तो खरोखरच धन्य होय !

कर्म करतो त्यालाच जगण्याचा अधिकार

वेदात असे सांगितले आहे की, "कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविषेत् शतं समा." कर्म करीत असतां १०० वर्षे जगण्याची इच्छा माणसाने करावी. जो कर्म करतो, त्यालाच जगण्याचा अधिकार आहे. जो कर्मनिष्ठा सोडून भोग घेत राहतो, तो मृत्यूचा अधिकारी बनतो. आज आपल्या समाजात अशी परिस्थिति आहे कीं, काही लोक अतोनात कष्ट करतात म्हणून त्यांचें आयुष्य क्षीण होत आहे, आणि काही अतोशय आराम घेत आहेत म्हणून त्यांचेंही आयुष्य कमी होत आहे. हीं व्यवस्था समाजधारणेस योग्य नव्हे.

---

(१) स्वार्थ हा असा एकच दुर्गुण आहे की, तो दुसऱ्याच्या ठिकाणी असलेलाही आपल्याला सहन होत नाहीं.

त्याग व दान

त्याग अगदी मूळावर घाव घालणारा आहे; दान वरून पालवी खुडण्यापैकी आहे. त्याग पोटात घेण्याचा दवा आहे, तर दान कपाळावर लावण्याची सुठ आहे. त्यागात अन्यायाची चीड आहे, तर दानात लौकिकाची भीड आहे. त्यागाने पापाचे मुद्दल फिटते तर, दानाने पापाचे व्याज सुटते. त्यागाचा स्वभाव दयाळु आहे, तर दानाचा स्वभाव मायाळु आहे. दोन्ही धर्मच आहेत. त्यागाची वस्ती धर्माच्या पायथ्याशी आहे; त्याग मनुष्याचे अंतर्मन उघडे करतो, तर दान माणसाचे बाह्यमन खुले करते.

सौंदर्य कशांत आहे ?

भीष्माच्या प्रतिज्ञेत, अर्जुनाच्या एकाग्रतेत, एकलव्याच्या गुरूभक्तीत, हरिश्चंद्राच्या सत्यप्रीतीत, श्रावणाच्या पितृभक्तीत, रामाच्या एकपत्नीव्रतांत, भगीरथाच्या प्रयत्नवादात, प्रल्हादाच्या ध्येयनिष्ठेत, कर्णाच्या दातृत्वांत, बुद्धाच्या अहिंसेत, जहागिराच्या न्यायात, बाजीप्रभूच्या स्वामीनिष्ठेत, सभाजीच्या धर्मप्रीतीत, टिळकाच्या स्वराज्यप्रीतीत, ध्रुवाच्या ईश्वरभक्तींत सौंदर्य पुरेपूर भरलें आहे.

आचरण शुद्ध कसें असावें ?

लोकमान्य टिळक एका ग्रथांत लिहितात, "मी स्वत: एक पामर मानव आहे; तरी मी हे सागू शकतो की, ३० वर्षे मी सयमीत व सशुद्ध मार्गाने माझी जीवनयात्रा चालवीत आहे. कदाचित् त्याचेच फळ म्हणून मला दिव्य प्रकाश दिसतो व सूक्ष्म ध्वनि ऐकू येतो. गाधीजीसुद्धा असेच म्हणत होते की, मी सत्याचा उपासक आहे म्हणूनच जनतेवर माझे वजन पडत असावे.

लिहिण्याची पूर्व तयारी

काही लिहावे असे जर तुला वाटत असेल तर तुझ्याजवळ ज्ञान, कला व जादु ही तिन्ही असली पाहिजेत. शब्दांत लपलेल्या संगीताचे ज्ञान, कलेची

---

(२) काम करण्यापासून कदाचित् नेहमीच आनद मिळणार नाहीं, परंतु काम न करितां मात्र कधीच निर्भेळ आनंद प्राप्त होणार नाही.

कृत्रिमता टाळण्याची कला आणि आपल्या वाचकांवर प्रेम करण्याची जादु ही तिन्हीही असली पाहिजेत. जें लिहावयाचें ते केवळ लोकाच्या करिता असा केवळ उपदेशपर हेतु त्यात नसावा. अनुभवजन्य ज्ञान हें कल्पनारम्यतेपेक्षा केव्हाही सरसच असतें हे विसरूं नये.

संसार म्हणजे काय ?

ससार म्हणजे आपल्या चैनी पुऱ्या करण्याचा राजमार्ग न समजता दोन जीवांची परस्पराच्या सुखासाठी आत्मसुखाचा त्याग करण्याची तपश्चर्या आहे असें प्रामाणिकपणे मानल्यास ससार सुखाचा झाल्याशिवाय राहणार नाही. दुसऱ्यांची वर्मे काढण्याऐवजी त्यानी आपल्यासाठी केलेल्या बारिक सारिक कृत्याची वाखाणणी करावी. पदार्थाना नांवे न ठेवता त्यातील दोषावर पाघरुण घालावें. आपली प्रौढी कमी गावी जें करायचें ते करून दाखवावें आणि मुख्य म्हणजे मनापासून गोड बोलण्याची सवय ठेवा.

हे परमेश्वरा !

हे परमेश्वरा, माझी अेवढीच प्रार्थना आहे कीं, माझ्या हृदयाला ज्याची वाण आहे ते देऊन तू त्याला शात कर. आयुष्यातील सर्व बऱ्या वाईट प्रसगाना तोड देतां येईल असें मानसिक धैर्य दे. माझे प्रेम मानवतेच्या कारणी लागेल असे बल मला दे. गरीबाना कधीही अतर देणार नाहीं व पाशवी शक्तिपुढे मान तुकविणार नाही या कृतनिश्चयासाठी माझे मन खबीर बनव. दररोजच्या क्षुद्र गोष्टीतून बाहेर निघून काहीं उच्च विचार करावा अशी बुद्धि दे; आणि माझे सर्व सामर्थ्य तुझ्या चरणी विलीन करण्याची वासना मला दे. हे परमेश्वरा, मनापेक्षा बुद्धी व बुद्धीपेक्षां तुझ्यावरील श्रद्धा मी श्रेष्ठ मानतो व या श्रद्धेने मी कायमचा बाधला जावो हीच तुझ्या चरणी विनम्रभावानें प्रार्थना करतो.

(३) जो केवळ हातानीच काम करतो तो मजूर, जो हात व कसब यांचा उपयोग करतो तो कारागीर, परंतु जो हात आणि कला याचेबरोबर आपलें हृदय ओतून काम करतो तोच खरा कलावंत.

रोज ध्यान कां करावें ?

स्वामी रामकृष्ण परमहंसांना एकदा विचारण्यांत आले, "आपण सिद्ध आहात, आपणास परमेश्वराचे दर्शन झालें आहे, मग आपण रोज ध्यान का करता ? स्वामींनी पलीकडेच ठेवलेले आपले कमंडलु आणण्यास सांगितले व त्याकडे बोट दाखवून म्हणाले, "हे कमंडलु आपण रोज घासून पुसून स्वच्छ ठेवतो, म्हणूनच असं चकचकीत राहत. जर आपण ते एकदाच खूप साफ करून ठेवल व मग बरेच दिवस त्याच्याकडे लक्ष दिल नाहीं, तर तें असे स्वच्छ राहील का ? " यावर कुणालाच काही बोलतां आले नाही

मत्सराचें स्वरूप

जे आपल्याला मिळणे शक्य आहे असे माणसाला वाटतें, पण शक्य असूनही त्याला ते मिळत नाही व दुसऱ्याला मिळते, ते माणसाच्या मनात मत्सर निर्माण करतें. आपल्या मनातील मत्सर जगात वावरताना निरनिराळी अनेक सोंगे घेऊन वावरत असतो, त्यामुळे आपण स्वत: जरी त्याला ओळखू शकत नसलो तरी इतरांना मात्र अनेकदा हे सोंग उमगते. आत्मनिरीक्षण हाच मत्सरावर खात्रीचा इलाज आहे.

गणेशाच्या मूर्तीची कल्पना

गणेशमूर्ति ही सौंदर्याची प्रतिमा जरी खास नसली तरी या चमत्कृतिमय मूर्तीच्या विविध अवयवात महत्त्वाचा अर्थ व्यतीत व्हावा अशी मूळ योजना आहे. मूर्तीचे डोळे किलकिले पण तीक्ष्ण आहेत, कारण जो बुद्धिमान असतो त्याची दृष्टि सूक्ष्म व दूरदर्शी असावयास हवी. कान फार मोठे आहेत, बहुश्रुतता हा ज्ञानवतांचा प्रमुख गुण आहे. पोट मोठे आहे, कारण विद्वानाच्या पोटात शहाणपणाचा फार मोठा संग्रह असतो. मांड्या आखूड आहेत, ज्याला फार कळत त्याला झटकन् वळता येत नाही, विचार फार वाढला की, कृति नि गति मंद होते; दोन दात आहेत, पण एक मोडलेला

(४) मित्राचा स्नेह टिकवून धरायचा असेल तर ३ गोष्टी कटाक्षाने टाळा (१) वादविवाद (२) द्रव्याची याचना व (३) त्याच्या प्रिय पत्नीशी गप्पा मारण्याचा मोह.

आहे. मेघा व श्रद्धा हे दोन दात, पण त्यातील मेधा ही केव्हातरी अपुरीच पडते.

थोरांचे जन्म–मृत्यु

	जन्म	मृत्यु
ज्ञानेश्वर	१२७५	१२९६
मुक्तेश्वर	१५९९	१६४९
रामदास	१६०८	१६८१
तुकाराम	१६०८	१६४९
श्रीधर स्वामी	१६७८	१७२९
वामन पंडित	१६१८	१६७३
मोरोपंत	१७२९	१७९४
गुरु नानक	१४६९	१५६८
ज्यो. फुले	१८२७	१८९०
लो. टिळक	१८५६	१९२०
म. गांधी	१८६९	१९४८
विवेकानंद	१८८२	१९०४
दयानंद सरस्वति	१८८३	१९२३
साने गुरुजी	१८९९	१९५०

गरज व नकार

ज्याला एखाद्या गोष्टीची खरोखरच आत्यतिक गरज आहे, परतु तो दुसऱ्याजवळ मागण्यास कचरतो तेव्हां त्याला मनापासून वाटते कीं, "मला दे, असे म्हणतांना मागणाऱ्याच्या हृदयाला काय दु:ख होत असते हें जर देणाऱ्याला कळू शकेल तर तो त्याला स्वत:चें रक्त देखील देईल" व देणाराहि तेवढाच खंबीर असेल तर तो म्हणतो, "आज थोडे, उद्या थोडें असे मागता मागता कांही दिवसानी हा आपले रक्तही मागण्यास कमी

(५) शहाणीं माणसें घडचाळ किंवा ज्ञान यांचा शोभेसाठीं उपयोग करीत नाहींत.

करणार नाही " ही झाली गरजेची स्थिति; आता प्रत्यक्ष नकार देताना माणूस काय काय गोष्टी करतो ते पाहा :

(१) मौन धरील (२) उत्तर देण्यास वेळ लावील (३) दुसरीकडे निघून जाईल (४) जमिनीकडे आशाळभूतपणे पाहत राहील (५) दुसरेच काहीतरी बोलणे सुरू करील. (६) भुवई वाकडी करून भलतीकडेच पाहत राहील. (७) आपल्याचबद्दल " असे झाले, तसे झाले " असे सागण्याचा प्रयत्न करील.

संपत्तीची समान वांटणी

एका सुबुद्ध धनिकाने आपल्या पश्चात् आपल्या दोन मुलांत वांटणीसबंधी भाडणे होऊ नयेत म्हणून पुढीलप्रमाणे आपले मृत्युपत्र लिहिलेलें होते :

माझ्या सपत्तीची वांटणी सारख्याच प्रमाणांत व्हावी व ती थोरल्या मुलाने करावी वाटणीतला कोणता वाटा उचलावा हे धाकटचा मुलाने प्रथम ठरवावे, कारण तो लहान आहे आणि त्याने आपला भाग घेतला की, मग थोरल्याने उरलेला भाग घ्यावा. मात्र दोघानी एवढे लक्षात ठेवावे की, आपल्याला मिळणारा भाग हा योग्य आहे.

कोणापासून कसें रक्षण करावे ?

बोकडापासून आत्मसरक्षण करण्याचे असेल तर त्याच्या डोक्यापासून सावध रहा, घोडचापासून अगर गाढवापासून बचावं करणें झाल्यास त्याची मागची बाजू साभाळा, हत्तीपासून सरक्षण हवे असल्यास त्याच्या सोंडेपासून दूर रहा, परतु दुष्ट माणसापासून बचाव करायचा असल्यास मात्र सर्व बाजूनी सावध रहा; कारण कोणत्याही ठिकाणी, कोणत्याही परिस्थितीत तो गळा कापण्यास मागे पुढे पाहात नाही.

थोरांचे कर्तृत्व

शकराचार्य : १० व्या वर्षी षोडश भाष्याचें अध्ययन व १९ व्या वर्षी दिग्विजय.

(६) लबाडी ही तोकडचा चादरीसारखी आहे; तोंडावर ओढून घेतली की, इकडे लगेच पाय उघडे पडतात.

ज्ञानेश्वर : १९ व्या वर्षी ज्ञानेश्वरी लिहिली.

एकनाथ : भागवतावरील टीका २५ व्या वर्षी लिहिली.

रामदास . १२ व्या वर्षी पुरश्चरणास आरंभ केला.

शिवाजी : १९ व्या वर्षी तोरणा किल्ला मोगलाकडून हस्तगत केला.

अप्पय्या दीक्षित : १२ व्या वर्षी वेदाध्ययन संपविलें.

बाळाजी बाजीराव : २१ व्या वर्षी तुळाजी आंग्र्याचा पराभव केला.

थोरले माधवराव : १९ व्या वर्षी राक्षसभुवन येथे निजामाचा पराभव केला.

बापू गोखले : १४ व्या वर्षी सावनूरकराचा पराभव करून कोरेगांव इनाम मिळविले.

राजा राममोहन रॉय . १६ व्या वर्षी इंग्रजी, बंगाली, अरबी, फारशी, संस्कृत शिकून मूर्तीपूजेविरुद्ध ग्रंथ लिहिला.

सर टी. माधवराव : १८ व्या वर्षी मद्रास कॉलेजात गणित व पदार्थ-विज्ञान याचे प्राध्यापक झाले.

बद्रुद्दीन तय्यबजी : १६ व्या वर्षी हिंदुस्थानी, फारशी, इंग्रजी शिकून विलायतेस गेले.

पंडित गट्टुलालजी : ९ व्या वर्षी संस्कृत कविता करू लागले व १३ व्या वर्षी ' रुक्मिणी चंपू ' हा ग्रंथ लिहिला.

रँग्लर परांजपे . २३ व्या वर्षी सध्याच्या पुण्याच्या फर्ग्युसन कॉलेजचे प्रिन्सिपॉल म्हणून नेमण्यात आले.

कलेची प्रयोजने

(१) कलेसाठी कला..... Art for art's sake.

(२) जीवनासाठी कला...... Art for life's sake.

(३) जीवनाच्या वास्तविकतेतून सोडवणूक करून घेण्यासाठी कला... Art as an escape from life.

(७) माणसाने आयुष्यांत २ वेळा सट्टा करू नये. ज्यावेळीं त्याला शक्य नसतें तेव्हां आणि ज्यावेळी त्याला शक्य असतें तेव्हां.

(४) निरस व्यवहाराच्या कचाटयातून मोकळे होऊन जीवनानंदात प्रवेश करण्याचे साधन म्हणून कला......Art as an escape into life.

(५) सेवेचे साधन म्हणून कला......Art for service.

(६) आत्मानुभूतिसाठी कला......Art for self realisation.

(७) निरतिशय आनंदासाठी कला......Art for enjoyment.

(८) करमणुकीसाठी कला......Art for recreation.

(९) अदम वृत्तीच्या तृप्तीसाठीं कला........ Art as a creative necessity.

थोर लोकांना आपण काय म्हणतो ?

बापट	.........सेनापति
वि. दा. सावरकर	.........स्वातंत्र्यवीर
ज्योतिबा फुले	.. ..महात्मा
गो. ह. देशमुख	.........लोकहितवादी
बाळ गंगाधर टिळक	.........लोकमान्य
माधवराव अणे	.........लोकनायक
न. चिं. केळकर	.........साहित्य-सम्राट
दादाभाई नौरोजी	.........पितामह
वल्लभभाई पटेल	.........सरदार
सुभाषचंद्र बोस	.........नेताजी
मो. क. गांधी	.........महात्मा
धो. के. कर्वे	.........महर्षि
पुरुषोत्तमदास टंडन	.........राजर्षि
अत्रे, भावे, लिमये	.........आचार्य
जवाहरलाल नेहरू	.........पंडित

(८) आयत्या वाढलेल्या कुरणांत चरणं पशूला शोभतं; माणसाला नव्हे.

नवरसाची उदाहरणे

जें देवो रासक्रीडा खेळिन्नला । तें मूर्त **शृंगारू** जाला । गौळणी विनोदे नाचविला तें **हास्यरसूं** । जसोदा भेडाविला । तें **करुणरसूं** । विखारूं काळिया जितिला । तें **रुद्र** जाला । माते श्रीमुख दाखविले । तें **अद्भुतासी** रूप जाले । विश्वरूपी प्रकटिले । तें **भयानकु** । दैत्यां करू सहारूं । तें **बिभत्सु** आणि **विरु** । **शांतु** तो निरतरूं तेथेंचि असे ।।

स्त्री कशी असते?

बालपणात बाहुलीशी, मुग्धपणांत पित्याशी व भावाशी आणि तारुण्यात पाऊल टाकताना पतीशीं स्त्री खेळत असते. तिच्या या खेळकर स्वभावाने जगाला स्त्री हे खेळणेच आहे असा भाव होत असतो, पण स्त्री ही बाह्यतः लीलावती असली तरी अतर्यामी सेविका असते. जगाला खेळणे वाटणारे स्त्रीहृदय हे जगाला खेळविणारे मातृहृदय असतें. समुद्राच्या पृष्ठभागावरील लाटाचे नृत्य हे ज्याप्रमाणें त्याचे सौदर्य नव्हे, एखाद्या सुदर गीताप्रमाणें विश्व भरून टाकणारें चांदणे हें ज्याप्रमाणे आकाशाचें सर्वस्व नव्हे, त्याप्रमाणे स्वरूप अगर विभ्रम म्हणजे काही स्त्रीजीवीत नव्हे.

महाराष्ट्राचा अभिमान

मराठी–माऊलीच्या अभिमानानें आपली महाराष्ट्रीय मनें फुलून जातात. आमच्या मायबोलीच्या नसानसातून आज सह्य– सातपुड्यातील कणखर दमदारपणा प्रतीत होतो. तिच्या श्वासोच्छ्वासांतून कृष्णा–गोदावरीचें पावित्र्य प्रतीत होते, तिच्या कर्तृत्वात शिवाजी–बाजीचे शौर्य विकसतें, चिपळूणकर-आगरकरांची विद्या स्फुरण पावू लागतें, तिच्या मस्तकांत महादजी–नानांची मुत्सद्देगिरी मोहरते, समर्थ–टिळकाची स्फूर्ति संचारते, तिच्या अतरंगांत ज्ञानोबा–तुकोबांचा भक्तिभाव उचंबळून येतो, डोळ्यांत बालकवीची कोमल कल्पना तरलते, तिच्या कंठात केशवसुत–कुसुमाग्रजांचा क्रातिहार चमकतो, तिच्या ओठावर कोल्हटकर–गडकऱ्याचे हासू उमलतें,

(९) दुसऱ्याला क्षमा करतां न येणं हाच एक अक्षम्य अपराध आहे.

अशी ही आमची मराठी मायबोली आता धीरगंभीर, संपन्न, सौंदर्यवति व प्रौढा बनली आहे.

बें. फ्रॅंकलिनचा मृत्युलेख

जगद्विख्यात बेंजामिन फ्रॅंकलिन याने आपल्या थडग्यावर कोरला जाणारा मजकूर स्वतःच लिहून ठेवला होता. "एखाद्या जुनाट पुस्तकाची पानें फाटून जावीत, बांधणी खिळखिळी व्हावी, अक्षरे दिसेनाशी व्हावीत, तसं जीर्ण–विदीर्ण होऊन, छपाईचं काम करणाऱ्या बेंजॅमिन फ्रॅंकलिनचं शरीर या धुळीत पडलं आहे. कृमि, कीटकाचें ते अन्न बनलं आहे; पण इतकं झालं तरी, त्याची अशी दृढ निष्ठा आहे की, हा जुना ग्रंथ तसा सहजासहजी नष्ट होणार नाही. आज ना उद्या तो नव्या आणि अधिक सुंदर आवृत्तीच्या रूपाने पुन्हा प्रकट झाल्याशिवाय राहणार नाही. ही नवी आवृत्ति अधिक सुंदर तर असेलच, पण मागील आवृत्तीत राहिलेल्या चुकाही लेखकाने या खेपेला सुधारल्या असतील."

कांही ध्येयवादी म्हणविणाऱ्या स्त्रिया

आपल्याकडील बहुतेक नामांकित स्त्रिया पुरूषी, कठीण अंतःकरणाच्या व सौजन्यशून्य आढळतात. ध्येयाचा पाठलाग करणारी स्त्री दुसऱ्या स्त्रियांशी सहानुभूति दाखवित नाहीं. स्त्रीजातीविषयी मुळातच तिला जिव्हाळा कमी वाटतो, पुरूषामध्ये आपला दर्जा कायम ठेवण्यासाठी तिची धडपड चालू असते; त्यामुळे तिच्याबद्दल नापसंती दाखविणाऱ्या पुरूषाशी तो वैर धरते, आणि पसंती दाखविणाऱ्याशी ती इतकी पाघळून जाते की, विचारूं नका. अशा बाईशी कोणीही शहाणा पुरूष लग्न करण्यास तयार होईल असे वाटत नाही; कारण ध्येयवादी स्त्रिया म्हणजे क्लिओपाट्रा आणि स्वातंत्र्यदेवीचा पुतळा यांचे जणू मिश्रणच. भरीला क्लिओपाट्राच्या छातीला बिलगलेला विषारी नाग आणि स्वातंत्र्यदेवीच्या हातातली पेटती मशाल. त्यापेक्षा पुरुषानी खुशाल आजन्म ब्रह्मचारीच रहावे. परंतु एरव्ही शहाणपण आणि विद्वत्ता मिरविणारे पुरूष या स्त्रियांच्या बाबतीत घसर-

(१०) काय आहे आणि काय असावं या दोहोंतला फरक जाणणारा प्राणी म्हणजे माणूस.

तात आणि अशा " करियरवाल्या " बायाशी लग्न करून मागाहून मग पस्तावतात.

थोरांचे अंत्योद्गार

बुद्ध--सस्कार व्यवधर्मी आहे, सावधान !

शेक्सपियर—अधार दूर झाला !

गटे—मला एका नव्या मद्याचा मद चढला आहे.

म.गाधी--हरे राम !

टेनिसन--ठीक! येऊ द्या मृत्यु!

जॉन्सन--मी आता शात आहे, स्तब्ध आहे.

कीटस्--मला असं वाटत की, माझ्या शरीरावर फुल उमलताहेत.

अरविद घोष—महामानव जन्मास येईपर्यंत माझा आत्मा तुमच्याभोवती घोटाळत राहील.

थॅकरे—खेळ खलास ! पुढे काय ?

ऑस्कर वाईल्ड---डॉक्टर, आणखी कांहीं क्षण मी जगणार नाही का ?

सुखदु.खाचे स्वरूप

(१) सुखदु खे हीं आपल्या मानण्यावर अवलंबून आहेत.

(२) सुखदु खाचा अनुक्रम मरेपर्यंत चालू असतो.

(३) सुखदु:खाचे प्रमाण कधींही सारखे असत नाही.

(४) दोघेही पुष्कळ वेळा 'भव्य' रूप धारण करूं शकतात व त्यामुळे मानवी जीवनावर परिणाम घडविणे त्याना सहज शक्य असते.

(५) सुखदु खे ही मानवामानवात भिन्न भिन्न असू शकतात; अर्थात सापेक्षवाद येथेही लागू पडतो.

(६) सुखदुःखाना स्वत.वर कुरघोडी करूं न देणे हाच एक या द्वद्वातून सुटण्याचा मुख्य मार्ग आहे.

याला म्हणतात घर !

हास्याच्या गुलालात अश्रूच्या पाण्याने ज्याच्या भिंतीचा गिलावा केला जातो तें घर ! आईच्या हास्यावर, ताईच्या लोभावर, बापाच्या कर्तृत्वावर

भावाच्या भावनेवर जे धडधाकट उभे राहतें ते घर! माणूस जन्म घेतो, बाललीलांनी फुलवितो व अखेरच्या प्रवासाला निघतांना पापण्याच्यांत आंसवाने जे बाधतो ते घर! कन्या सासरी गेली की, दुपारच्या वेळीं खिडकीच्या कठड्यावर हात ठेऊन तिला जे आठवते ते घर! जाळाने जाळू शकत नाही, सकटाने पाडू शकत नाही, स्वार्थाच्या विचाराने पोखरले जात नाही ते घर!

कादंबरी वाचनाचे हेतु

(१) काहीसा मजेत वेळ घालविणें.

(२) जीवनातील उणीवांची भरपाई करून अप्रत्यक्ष इच्छापूर्तीचें समाधान मिळविणे.

(३) जगरहाटीचें ज्ञान मिळवून जीवनात लागणारी कुशलता प्राप्त करून घेणे.

(४) अनुभूतीच्या प्रत्ययाने, सुसंस्करणानें तिची गाढता व विस्तार वाढवून जीवन अधिक अर्थपूर्ण करणें.

(५) लेखकाच्या जीवनातील अनुभव आपल्या अनुभवांशी पडताळून पाहणे.

हल्लींची शिक्षणपद्धति

हल्लीच्या शिक्षणपद्धतीला कटाळून एका शिक्षकाने आपल्या शिक्षकपदाचा राजीनामा देतांना राजिनाम्यात लिहिलें होते, "आजच्या शिक्षणसंस्थांमधील परिस्थिति इतकी चमत्कारिक झाली आहे की, शिक्षक मुख्याध्यापकांना भितात, मुख्याध्यापक सुपरिंटेंडेटला भितात, सुपरिंटेंडेट स्कूलबोर्डाला भितो, स्कूलबोर्डांमधील सभासद पालकांना भितात, पालकांना मुलाची भीति वाटते आणि विशेष गमत म्हणजे मुले कुणालाच भीत नाहीत.

(१२) जलबिंदु वेगळा झाला आणि स्वत:स समुद्र मानूं लागला तर तो वाळवंटासारखा शुष्क होईल, पण समुद्राचें अस्तित्व मानून जर समुद्रालाच मिळाला तर तो स्वतः समुद्र होऊन जाईल.

सभ्य लोक कोण ?

मनुष्याच्या आयुष्यातील अर्धा अधिक काळ दुसरे लोक आपल्याला फसवीत तर नाहीं ना, हे शोधण्यात जातो व उरलेला लोकाकडून फसले गेल्यास कसा बचाव करावा याचा विचार करण्यात जातो; त्यामुळें आपल्याला दुसऱ्यांना फसविण्याची संधीच मिळत नाही आणि त्यामुळे कित्येकदा आपण फुकटांतच 'सभ्य' म्हणून गणले जातो. या सभ्य लोकांनीं पुढील इग्रजी वाक्य नीट ध्यानात धरावे. " All men are gentlemen, unless they are proved to be otherwise. "

मराठी कवीचें कार्य

कै. तात्यासाहेब केळकर यानी मराठी कवींच्या काव्याबद्दल फारच रसात्मक वर्णन केले आहे. " ताब्यांच्या कवितेची सगुण मूर्ति कल्पिली तर मला ती कडेवर मूल घेतलेल्या प्रेमळ व प्रौढ तरुणीप्रमाणे दिसते. केशवसुत याची कविता दाभणकाठीं पचा नेसलेल्या, कोरीव मिशाच्या सुदृढ शरीराच्या अस्सल चित्तपावन ब्राह्मणाप्रमाणे दिसते गिरीश याची कविता मला ब्राह्मण स्त्रीने मुद्दाम गुरविणीचा वेष घेतल्याप्रमाणे दिसते. चद्रशेखर याची कविता या कानापासून त्या कानापर्यंत आडवे गध लावलेल्या शास्त्र्याप्रमाणे वाटते. ठोबरे याची कविता झाडाच्या पल्लवात लपून किलबील करणाऱ्या पक्षाप्रमाणें मनोरम वाटते माधव ज्युलियन् याची कविता बरीच वर्षे महाराष्ट्रात राहिलेला पठाण आपल्या बरोबरीच्या स्त्रीशी जसा बोलतो तशी वाटते. अत्रे याची कविता म्हणजे आपल्या शेजारी उभे राहून आपल्याला गुदगुल्या करून क्वचित् प्रसगी आपल्या डोळ्यातून पाणी काढावयास लावणाऱ्या अस्वलाप्रमाणे आहे " रे. टिळक याच्या काव्यसग्रहाला प्रस्तावना लिहिताना त्यांनी काही निवडक काव्यपक्ति उद्धृत केल्या आहेत. आणखी उदाहरणाची जरूरी नाहीं हे सागण्यासाठी ते लिहितात, " बाजारात गेल्यावर केवळ नमुन्यावारीच सर्व आबे सपू नयेत म्हणून आणखी उदाहरणाची जरुरी नाही "

(१३) आपल्याजवळ नसतांना देण्यासारखी एकच एक वस्तु या ज़गांत आहे आणि ती म्हणजे सुख.

मोह व धर्माचें कारण

जगात मोह पाडणारी अनेक प्रलोभने असतात. उपदेशक तरुणांना सांगतात की, प्रलोभनांना बळी पडू नका, आपले मन आवरून धरा. हा उपदेश सहस्रवेळां कानी पडूनही मनोनिग्रहाचें कार्य त्याचे हातून होत नाही, प्रलोभनात गुतणे घातक आहे, हे ज्ञान बुद्धीला झाले तरी वेळ येतांच तिचा वध तोडून मन चौखूर उधळते व प्रलोभनाच्या जाळचात अडकते. मनावर विजय मिळविण्यासाठी पद्धतशीर यत्न करावा लागतो. धर्मात आचाराला प्राधान्य पाहिजे ते याचसाठी. धर्म नुसता उपदेशपर नसून आधारयुक्त असतो. धर्मांत नित्य आचार असे आहेत की, हळू हळू मन शुद्ध होऊन ते सदुपदेश ग्रहण करण्यास समर्थ व्हावे.

चित्रपट-परिक्षण

चित्रपट प्रदर्शित करण्यापूर्वी निवडक निमत्रितांना तो दाखवायचा असतो व त्यांची मतें घेऊन त्याप्रमाणें फेरबदल करायचा. चित्रपट पाहून झाल्यावर निमत्रितांना ३ प्रश्न विचारायचे (१) चित्रपट फार मोठा आहे असे तुम्हाला वाटते का ? (२) त्यांत काही काटछाट करावी का ? (३) कुठला भाग कापून टाकावा ?

या तिसऱ्या प्रश्नाला एका निमंत्रितानें खालील उत्तर दिले–" दिग्दर्शकाचा व प्रत्येक नटाचा गळा !"

कवि करदीकर याचें शब्दब्रह्म

पाहिजेत शब्द :

ओगळ ओवळे । सात्विक सोवळे
दुर्दम्य दणगट । चावट चेगट
प्रगाढ प्रकाशी । विरक्त स्वादिष्ट
पाहिजेत शद्ब । गरोदर गर्विष्ट
मुसमुसणारे । धुसफुसणारे
फडफडणारे । तडफडणारे

कुजबुजणारे । कडकडणारे
पाहिजेत शद्ब । विश्वाला आवळणारे
अणुला उचलणारे । रक्तात मिसळणारे
गरोदर बाईला । लागतात डोहाळे ।
सगुण शब्दांचे । पाहिजेत शब्द

आत्म-श्रेष्ठत्वाची भावना

प्रत्येक माणसाला काहीही करून इतराचें लक्ष आपल्याकडे वेधून घेण्याची आस असते व त्या दिशेने त्याचा सतत प्रयत्न चाल असतो.प्रत्येक माणसास आपण जगात कोणीतरी विशेष आहोत असें पटविण्याची जबरदस्त आकाक्षा असते व आपण इतराहून श्रेष्ठ आहोत, हे सिद्ध करण्याचा माणसाचा अविरत प्रयत्न चालू असतो. आत्मश्रेष्ठत्वाची ही भावना प्रत्येक व्यक्तीच्या ठिकाणीं मूलभूत असते. या भावनेच्या वाढीस पोषक अशीच आपली नेहमीची वागणूक असते. यावर आपण एवढेच लक्षात ठेवावें की, ही वागणूक स्वत:स व दुसऱ्यास जाचक ठरूं नये.

आत्मिक उन्नति साधा

कायदे जितके जुलमी तितकी प्रजा दरिद्री, राज्यात अधिकारी जितके अधिक तितका गोधळही अधिक, लोक जितके हुषार नि कारागीर तितक्या कृत्रिम गोष्टी जास्त, कायदे जितके अधिक कडक, तितके चोर, दरोडेखोराचे अस्तित्व अधिक, राज्य करायचे असेल तर सद्वर्तनी रहा, युद्ध करायचे असेल तर पेचपाच करा, सर्व जगतावर राज्य करायचे असेल तर आत्मिक उन्नति करा, तेवढा अेकच उपाय आज प्रत्येकाच्या हातात आहे व प्रयत्न केला असता कोणतीही गोष्ट कठीण नाही.

संसारांतील काहीं अमूल्य सूचना

(१) परस्पराविषयी कधीही सशय न घेणे.

(१५) डोक्यावर कर्जाचा बोजा ठेवणारा पिता, व्यभिचार करणारी माता, उद्धट पत्नी व निरक्षर पुत्र हे सर्व शत्रूच मानले पाहिजेत.

(२) परस्पराना अप्रिय असणाऱ्या गोष्टी न करणे, न बोलणे व न दर्शविणे.

(३) परस्परांशी बोलताना अगदी कालच ओळख झाली आहे असें समजून ती ओळख आपल्याला दृढ करायची आहे अशा भावनेने बोलणे.

(४) एकमेकाना किळस येईल अशा गोष्टी कटाक्षाने टाळणे.

(५) एकमेकाच्या लहान सहान गुणाचे देखील कौतुक करायला न विसरणे व तसे करताना आपणास त्यात मनापासून आनद वाटत आहे असे दाखविणे.

(६) एकमेकाच्या शक्यतो आवडीनिवडीप्रमाणें केशभूषा, वेशभूषा व रगभूषा असावी.

(७) योग्य वेळी, योग्य ठिकाणीं, योग्य शब्दात एकमेकावर स्तुतिसुमनांचा वर्षाव करावा, स्तुतीत तोडपूजेपणाचा वास मात्र नसावा.

(८) एकमेकाच्या वियोगात एकेक क्षण युगासारखा वाटावा; निदान तसे भासवावे.

म. गांधीची श्रद्धा

"मी तुम्हाला एक अगदी साधा आणि प्रयोगानी तावून सुलाखून निघालेला असा मत्र सागतो. रोज सकाळी सूर्योदयापूर्वी आणि रोज रात्रीं झोपण्यापूर्वी परमेश्वराने आपणावर कृपादृष्टि ठेवावी म्हणून त्याचें स्मरण करावे. अतिपाडित्यामुळे ज्याची श्रद्धा गारठलेली नसेल आणि ज्याची दृष्टि अधुक झालेली नसेल अशा वाचकाना मी रामनामाची भेट देत आहे. शिक्षणामुळे आपल्या जीवनाचा पुष्कळ विकास होतो, परतु सकटाच्या किंवा मोहाच्या वेळी मात्र ते आपणाला दगा देते. अशा वेळी फक्त श्रद्धाच तेवढी उपयोगी पडते. लहानपणापासून रामनाम मला परिचित आहे, आणि ह्या जीवन-सघर्षांत त्याचा मला नेहमी आधार मिळत आलेला आहे; म्हणून मी रामनाम सुचविले इतकेच. जप करिताना दुसरे काही विचार येऊन मन विचलित झाले तरी जो श्रद्धापूर्वक जप करीत

(१६) ज्यानी पर्वत हालविण्याचें महादुष्कर कर्म केले, त्यांनीं सुरुवातीला छोटे छोटे दगड वाहण्याचें काम केले होते.

राहतो तो अखेरीस विजयी होतो; असा माझा पूर्ण विश्वास आहे. हा मंत्र आपल्या जीवनाचा आधार बनतो आणि तो आपल्याला कोणत्याही संकटातून पार पाडतो. आपला ऐहिक फायदा करून घ्यावा असा उद्देश मात्र या पवित्र मंत्राच्या जपामागे असू नये. आपल्या वैयक्तिक शुचितेची काळजी घेणे यातच या मंत्राचें विशिष्ट सामर्थ्य असते. रामनामाच्या जपामुळे माणसाला एक आधार प्राप्त होतो, आणि आणीबाणीच्या प्रसंगी त्याचा तोल जात नाहीं. आपल्या भक्तांच्या बाबतीत परमेश्वर मुळीच भेदभाव बाळगीत नाहीं. पाप्यातल्या पाप्याची प्रार्थनाही परमेश्वराच्या ठिकाणी रूजू होते हे मी स्वानुभवावरून सागत आहे ''

चार प्रकारची माणसें

माणसाचे ४ प्रकार असतात असे भगवान गौतमबुद्ध म्हणत. एक तिमिरातून तिमिराकडेच जाणारा (एखादा मनुष्य नीच कुळात जन्मतो व व सारा जन्म दुष्कृत्ये करण्यातच घालवितो) दुसरा तिमिरातून ज्योतिकडे जाणारा (हा मनुष्य हीन कुळात जन्मतो आणि कायावाचामने सत्कर्मं करीत राहतो) तिसरा ज्योतीतून तिमिराकडे जाणारा (एखादा मनुष्य उच्च कुळात जन्म घेतो; परंतु कायावाचामने नेहमीं दुराचरण करीत असतो) आणि चौथा प्रकार म्हणजे ज्योतीमधून ज्योतीत जाणाऱ्या माणसांचा. अशी माणसे उच्च कुलांत जन्मून कायावाचामने, सदासर्वकाळ सदाचरणाने वागत असतात व अशी माणसे खरोखर अतीशय धन्य होत.

शिक्षण म्हणजे काय ?

(१) शिक्षण म्हणजे नुसता आत्मविकास किंवा जीवनासाठी तयारी नव्हे, तर मानवामध्ये ज्या विशिष्ट सुप्त शक्ति आहेत त्याचा सर्वांगीण विकास म्हणजेच शिक्षण. (२) शिक्षण जीवनपयोगी पाहिजे; किंबहुना जीवनांतील विविध अनुभवाचे आघात व प्रत्याघात म्हणजेच शिक्षण. (३)

(१७) विवाह म्हणजे एक मजेशीर वर्तुळ आहे की, जेथें आंतले लोक बाहेर येऊं इच्छितात आणि बाहेरचे लोक आंत जाऊं इच्छितात.

शिक्षणाच्या योगाने अर्थोत्पादनता येते, पण शिक्षणाचा तो एकमेव हेतु होऊ शकत नाही. (४) शिक्षणाचे योगाने मनुष्याची वृत्ति शात, समाधानी व सहिष्णु बनते (५) शिक्षणाचे योगाने शरीर, मन व बुद्धि या तिन्हीचा विकास होऊन त्याचा समन्वय होतो. (६) शिक्षणामुळे विनय येतो व परधर्मसहिष्णुताही अंगी बाणण्यास मदत होते.

शंकराची मुक्तिचिन्हें

(१) **सर्पालंकार**...ऐश्वर्याचा त्याग व वाईटावर विजय.

(२) **नरमुंडांची माळ**...आपल्या सर्व अवयवात सर्वात श्रेष्ठ शिर. शिर नष्ट करणें म्हणजे अहकार नष्ट करणे, अहकार नष्ट झाल्याशिवाय अध्यात्मिक प्रगति होऊ शकत नाही.

(३) **डमरू**...मृत्यूची सूचना. हा सतत वाजवत ठेवायचा म्हणजे संसारांत गढलेल्या माणसास मृत्यूच्या जाणीवेनेच जागृति प्राप्त होत असते, आणि त्यामुळ मृत्यूच्या आधीच देहाचें सार्थक करून घेतले पाहिजे.

(४) **त्रिशूळ**...जगाच्या ३ स्थिति, म्हणजे उत्पत्ति, स्थिति व लय या होत. तिसऱ्या स्थितीची उपासना करायची, कारण सर्व गोष्टीचा शेवट तेथे आहे, व या तिन्ही अवस्थेतून सुटण्यास 'लयाची' उपासना करणे आवश्यक आहे.

(५) **चंद्रकोर**...चद्र म्हणजे मन, हे अत्यत चचल आहे. ज्याला मुक्ति साधायची असते त्याने प्रथम मन आवरले पाहिजे, तेव्हा शिवाच्या भालप्रदेशाची चद्रकोर म्हणजे बुद्धीच्या योगाने साधायची मनाची एकाग्रता.

(६) **गगामुख**...हेही मनाचे गुह्यच दर्शविते. पाणी नेहमी खाली वाहत जाते, त्याप्रमाणे आपले मनही खालीच वाहत जाते. (म्हणजे मनात चागले विचार येण्याऐवजी बरेच वेळा वाईट विचारच येत असतात). ही मनाची स्थिति बदलली नाही तर सुधारणा होणे शक्य नाही, तेव्हा चागल्या विचारांच्या योगाने चचल मनास आवरून अहकारावर विजय मिळवा व मृत्यूच्या जाणिवेत राहून देहाचे सार्थक करून घ्या—हाच सदेश

(१८) दुर्भाग्यापेक्षा सद्भाग्य सहन करायलाच माणूस अधिक खंबीर असावा लागतो.

यशाची गुरुकिल्ली

जे काय आपल्याला मनापासून आवडते आणि ज्या कामात आपले गुण आणि व्यक्तिमत्व प्रकट करण्यास वाव मिळतो अशाच क्षेत्रांत पदार्पण केल्यास शे. ९४ माणसांना घवघवीत यश मिळतें. उच्च अधिकार प्राप्त होणाऱ्या व्यक्ति आपलीं व्यवसायक्षेत्रे बदलत असतात अर्थात हेहि यशाचें एक गमक आहे. अत्यंत धीमेपणा व चिकाटी हेच अत्यंत महत्त्वाचे गुण घवघवीत यशाला मुळापासून कारणीभूत असतात. आळस हेच अपयशाचें मूळ आहे असे अनेक अयशस्वी लोक कबूली देतात. ज्याचे घराणे उच्च व कुलीन आहे (श्रीमंत असलेच पाहिजे असे नव्हे), अशाच कुळातील स्त्री-पुरुष लवकर पुढें येतात. आनुवंशिक योग्यताही कित्येक पुरुषाना यशस्वी होण्यास साहाय्यभूत होते. अधिक पैसा मिळाला कीं, अधिक सुखी होऊ ही माणसाची कल्पना बरीचशी खोटी आहे. आपल्या दैनिक गरजा व्यवस्थित भागविण्याइतका पैसा मिळविणारे लोक विशेष सुखी आढळतात. जे नोकर कुरकुर करतात अगर वरिष्ठाशी हुज्जत घालतात तेच पुढें यशस्वी होतात असें आढळून आले आहे; कारण त्यांच्या विकासासाठीच ते सतत धडपडत असतात. आयुष्यात यशस्वी झालेले लोक अधिक जगतात व अशा व्यक्ति अपयशी लोकापेक्षा अधिक अध्यात्मिक-वृत्तीच्या असतात असें पुष्कळ वेळां आढळून आले आहे.

प्रयत्न, प्रयत्न, सतत प्रयत्न

इलिनॉयस शहरात एक उत्साही तरूण निवडणुकीसाठी उभा राहिला, त्यात तो सपशेल पडला. नंतर तो धंद्यात शिरला, पण त्याच्या पदरीं निराशा येऊन त्याच्या उराशी जे अवाढव्य कर्ज झाले ते निवारण्यांत त्याची पुढील १७ वर्षे गेली, नंतर एका सुंदर स्त्रीच्या तो प्रेमात पडला; पण लग्न ठरायच्या आंतच ती वारली; मग कॉंग्रेसच्या तिकिटावर निवडणुकीसाठी तो पुन्हा उभा राहिला, त्यात सुद्धा त्याने पुन्हा आपटी खाल्ली;

(१९) लोहचुंबकाप्रमाणें अहंकार फक्त एकच दिशा नेहमीं दाखवितो; ती म्हणजे स्वतःची. परंतु चुंबकाप्रमाणें तो आकर्षण करीत नाहीं तर आपणापासून तो दूर लोटतो.

नतर जमीनमहसूल खात्यात त्याने नोकरीसाठी प्रयत्न केला; परतु वजन खर्च करूनही ती जागा त्याला मिळाली नाही, तरी सुद्धा न डगमगतां अमेरिकेच्या व्हाईस प्रेसिडेंटच्या जागेसाठी तो उभा राहिला, तेथेही अपयशच त्याच्या पदरांत आले, पुन्हा एकदां त्याच जागेसाठी दोन वर्षांनी उभें राहून त्याने आपटी खाल्ली, या सर्व अपयशानी निरुत्साही न होता "प्रयत्न केल्यास पुन्हा केव्हा तरी यश मिळवीनच" या विचाराने पुन्हां तो निवडणुकीस उभा राहिला, व खूप खटपट करून तो निवडूनही आला, तो माणूस म्हणजे सुप्रसिद्ध 'अब्राहम लिंकन' हा होय. प्रयत्न, प्रयत्न, सतत प्रयत्न करा, हाच त्याचा सदेश.

उच्च परीक्षांचा अभ्यास कसा करावा ?

काही काही उच्च परीक्षाचे विषय पुष्कळ असतात व प्रत्येक विषयाची पुस्तकेही पुष्कळ असून एकेका पुस्तकाची पाच पाचशे पाने वाचायची असतात. एवढे सगळे वाचण्यास वेळ तरी कुठला असतो ! अशावेळी आचार्य अत्रे याची अभ्यास करण्याची खाली दिलेली रीत अगदी अनुकरणीय वाटते. प्रत्येक विषयाचीं सगळी पुस्तके संपूर्ण वाचण्याच्या भानगडीतच पहायचे नाही. त्यातील एकच उत्कृष्ट पुस्तक निवडायचे आणि त्यातील महत्त्वाचे मुद्दे शोधून काढून प्रत्येक मुद्यावर त्या ग्रथकाराचे किमान विचार काय आहेत, तेवढेच टिपून ठेवायचे. केवढाही महत्त्वाचा मुद्दा घेतला तरी अगदी मूलभूत असे दोन चारच विचार असतात. मग त्या विषयावरच्या इतर सर्व पुस्तकाचा फक्त सूचीवरून अभ्यास करायचा. उदा० अमुक एका मुद्यावर हा ग्रथकार काय म्हणतोय किंवा तो ग्रथकार काय सागतोय हे त्याच्या त्याच्या ग्रथाच्या सूचीवरून पाहायचे त्यात एखादा नवीन विचार आढळला तरच तो आपल्या मूळ टाचणात नोंदून ठेवायचा. अशारीतीने ग्रथ सपूर्णपणे न वाचताही त्याच्यातले नेमके सार आपल्या पदरात पडते. कोणत्याही विषयावरचे आपले टाचण एकदा पक्कें झाले की, मग पुन्हा पुस्तकाच्या सर्व डोंगराची चढउतार करण्याची जरूरी

(२०) पापी माणसे तोंडाची बळकट असतात पण अंतःकरणाची दुबळी असतात.

नाही. अशारीतीनें अभ्यास केल्यास त्या विषयाच्या स्वरूपाची नेमकी ओळख होऊन जाडया जाडया पुस्तकाची भीति वाटत नाही.

संभाषणाचे काहीं नियम

(१) स्वत च एकसारखं बोलत राहून दुसऱ्याला एकसारख ऐकवू नका.

(२) दुसऱ्यांच्या मताचा आदर करा.

(३) मेजवानीसारख्या प्रसगी ओळखी करून देताना चातुर्य दाखवा.

(४) निष्कपटपणानं स्पष्ट बोला व तसं बोलणाऱ्याच स्वागत करा.

(५) दुसऱ्यान केलेल्या विनोदाला हासून प्रोत्साहन द्या.

(६) धदा चालावासा वाटत असेल तर फटकळ कोटया करूं नका, व गिऱ्हाईकांचा मान ठेवा.

(७) कौटुबिक जीवनांत लहानथोरामधे मनमोकळचा सभाषणाचं वारं खेळवा.

(८) बहुश्रुत व्हा; पण खालील धोके टाळा :

(अ) ऊठ सूट कोटया करूं नका.

(ब) आपल्या ज्ञानाची शेखी मिरवू नका.

(क) अर्धी कच्ची मते ज्याला त्याला सागण्याचा मोह आवरा.

(ड) काही तरी पाठ केलेलें वेळी अवेळी बडबडू नका.

(इ) जिवलग मित्राशीं संभाषण करताना 'विसरा व क्षमा करा' (Forget and Forgive) हे तत्त्व ध्यानांत ठेवा.

(९) कुठल्याही माणसाची त्याच्या गैरहजेरीत टिगल करू नका.

(१०) स्वतःच्या ससारातील कटकटीबद्दल जेव्हा तेव्हा बोलू नका.

(११) एखादा छंद लाऊन घ्या व त्याचा विकास होईल अशी चर्चा करा.

(१२) दुसऱ्याची ऐकण्याची च्छा नसतांना बोलत राहूं नका.

(१३) दुसऱ्याची बोलण्याची इच्छा नसताना त्याला बोलायला भाग पाडू नका.

---

(२१) माणसाला गरिबीचें दुःख वाटत नाही, तर गरिबी जगापुढें उघडी पडल्याचें दुःख वाटतें.

लो. टिळकांच्या दुःखविषयक कल्पना

अरे दुःख म्हणजे काय ? "प्रतिकूल सवेदनोत्पादकं दुखम्" असे म्हणतात, पण ज्याने अभ्यासाने व विवेकाने मुळांत निःसवेदित्वच प्राप्त करून घेतले तेथे मग आता दु ख कसले ? दु खाचे बीजच जर उपटले तर तेथे अकूर फुटणार कसा ? अपेक्षा, आसक्ति, कर्तव्यच्युति यात दु.ख आहे. मी मन निर्विकार करून त्याला सपूर्ण विश्राति देतो. मन जितके अधिक काल त्या स्थितीत राहोल, तितकी अधिक शाति व प्रसन्नता मनास प्राप्त होते. कारण, हा एक प्रकारचा योगच आहे, आणि त्यास मुख्यत. एकाग्र चित्तत्वाची अत्यत जरूरी आहे. तुम्हाला (जगन्नाथ महाराजाना सागताना) आश्चर्य वाटेल की, मला गेल्या २० वर्षात स्वप्न म्हणून कधी पडलेले आठवत नाही. मडालेस तुरुगात असताना सतत एकसारखे कित्येक दिवस मी मन निर्विकार ठेवण्याचा अभ्यास वाढविल्याने भगवद्‌गीतेत सांगितल्या-प्रमाणे मनुष्य सुखदु.खातीत कसा असू शकतो याची मला कल्पना यते. तुमच्यासारख्या तरुणानी रोज प्रातःकाळी स्नानोत्तर गायत्री-जपाच्या साधनाने चित्त एकाग्र करण्याचा अभ्यास केल्यास सुईच्या अग्राप्रमाणे तुमची बुद्धि सर्वभेदक होईल, इतकेच नव्हे तर विशेष अभ्यासाने पुढे ती आत्मसाक्षात्कारीही होईल, नाहीतर तीच बुद्धि कुचलीप्रमाणे होते. रोज २ तास मन विचाराखेरीज निर्विकार ठेवल्याशिवाय मला चैनच पडत नाही. पण तेवढ्या २ तासानी देहास व मनास विश्राति मिळून पुढील सर्व व्यवहारात एक प्रकारचा दुर्दम्य उत्साह अगात संचारल्याचा भास मला होत असतो.

लहान मुलांशी कसे वागावे ?

(१) लहान मुलाच्या प्रश्नांना कटाळू नका.

(२) लहान मुलास अेवढ्या तेवढ्या कारणावरून खोटे बोलण्यास कधीही सागू नका.

(३) खोटीं वचने देऊन मुलाना फसवू नका.

(४) रागाच्या भरात केलेल्या चुकीचे समर्थन करू नका.

---

(२२) विचार थकले की, विकार भडकतात.

(५) लहान मुलाना भीतिपर व्याख्याने ऐकवू नका.

(६) लहान मुलाना टोचून बोलू नका; किंवा उपहासानें हासू नका.

(७) पडलेल्या मुलाला फार सहानुभूति दाखवू नका.

(८) इतरापुढे लहान मुलांची प्रौढी मिरवू नका किंवा त्याची निंदाही करू नका.

(९) लहान मुलाना आपल्याबरोबर फिरावयास नेऊं नका, तुम्हीच त्याच्याबरोबर फिरायला जा

(१०) लहान मुलाना वरचेवर कुरवाळू नका

(११) लहान मुलाच्या खेळात एकाएकी अडथळा करू नका.

(१२) मुलांच्या समोर त्याच्याविषयी चर्चा करू नका

(१३) नुसतो "ही गोष्ट करूं नको" असे म्हणू नका, तर त्या ऐवजीं "कोणती गोप्ट त्याने करावी" हेही त्याचवेळीं सागत जा.

(१४) लहान मुलाकडे आत्मौपम्याने पाहू नका.

(१५) मुलानाही भावना असतात हे कदापिही विसरू नका

लक्ष्मी कृपणाजवळ कां रहाते ?

कृपणाजवळ मी का राहते याचे उत्तर चंचल समजली जाणारी लक्ष्मी मोठ्या कल्पना-विलासतेने देते : "शूराजवळ मी राहिले तर त्याच्या मृत्यू-नतर मला वैधव्य प्राप्त होईल. उदार लोकाच्या जवळ राहाण्याची मला लाज वाटते, कारण आपल्या गुणाच्या जोरावर ते माझेही दान करण्यास कमी करायचे नाहीत. विद्वान् लोकाच्या जवळ आधीच सरस्वति रहात असल्याने त्याच्याजवळ रहायचे झाल्यास सवत म्हणूनच मला राहवे लागेल; म्हणून शेवटी मी कृपणाच्याच आश्रयाला आले."

निवृत्तिनाथांची काव्यरचना

ज्ञानेश्वराचे थोरले बधु निवृत्तिनाथ याची काव्यरचना थोडीशीच असली तरी अतिशय मधुर व अतःकरण हेलावून सोडणारी आहे. ज्ञानेश्वरानीं

(२३) जो जग जाणतो तो विद्वान्, जो स्वतःला जाणतो तो ज्ञानी, जो इतरांना जिकतो तो नेता आणि जो स्वतःला जिकतो तो अजिक्य.

ऐन तारुण्यांत आळंदी येथे समाधी घेतली आणि थोडेच दिवसांनीं सोपानदेवांनीही सासवड येथे समाधी घेतली; त्यामुळे त्याच्यावर दुःखाचा डोंगरच कोसळला, त्यांतच आपल्या मूळ आपेगांव या गांवीं परत येत असतां वाटेत वीज पडून मुक्ताबाईही नाहीशी झाली. मग मात्र निवृत्तिनाथाना अगदीं वेडयासारखे झाले. आपण सर्वांत वडील; पण ही धाकटी भावंडे बघतां बघतां डोळयासमोरून नाहीशीं झाली, देवाने हे उफराटे कसे केलें! ते म्हणतात–"ज्येष्ठाच्या आधी कनिष्ठाने जाणे। केले नारायणे उफराटे।। उफराटे फार वाटे माझें मनीं। वळचणीचें पाणी आढया गेलें।।"

स्नानानें पापक्षालन होतें काय ?

"गंगेत स्नान केल्याने पाप फिटते काय ?" असे एकाने श्रीरामकृष्ण परमहंस याना विचारले होते; त्यावर ते म्हणतात–"होय, तें खरे आहे. गंगेच्या पाण्यात उतरण्यापूर्वीच पाप माणसाच्या अंगातून बाहेर पडून कांठावर वाट पाहात उभे असते, आणि माणूस स्नान करून आला की, लगेच त्याच्यावर झडप घालून त्याच्याजवळ पूर्वीसारखेच मजेने राहू लागते."

"पापक्षालनाचे एवढे सोपे साधन माणसाजवळ असल्यावर मग वाटेल तितकी पापे आचरायला त्याला मोकळीकच मिळाली म्हणायची."

अष्टविनायकांची स्थाने

स्वस्ति श्री गणनायक गजमुखं
मोरेश्वरं सिद्धिदम ।
बल्लाळ मुरुड विनायक मठं
चिंतामणि थेवरम् ।
लेण्याद्रि गिरिजात्मकं सुवरद
विघ्नेश्वरं ओझरम् ।
ग्रामे राजणसंस्थितो गणपतिं
कुर्यात् सदा मंगलम् ।।

(२४) मनांतले विचार उघडे करण्यापेक्षां ते लपविण्यासाठीच मनुष्य भाषेचा अधिक उपयोग करितो.

(१) श्रीमयुरेश्वर (मोरेश्वर) :–सदर्न रेल्वेवर जेजुरीपासून ५ कोसांवर कऱ्हा नदीचें काठी मोरगाव येथे.

(२) श्रीसिद्धीविनायक:–मध्य रेल्वेच्या डिकसळ स्टेशनजवळ भीमेच्या कांठी सिद्धटेक या गांवीं.

(३) श्रीबल्लाळेश्वर:–कुलाबा जिल्हयांत नागोठण्यापासून ७ मैलांवर पाली या गांवी.

(४) श्रीवरदविनायक:–मध्य रेल्वेच्या कर्जत–खोपोली लाईनच्या डोलवली स्टेशनापासून २ मैलांवर महठ या गांवी.

(५) श्रीचिंतामणि:–मध्य रेल्वेच्या लोणी स्टेशनापासून ३ मैलावर मुळामुठा नदीच्या कांठी थेऊर या गावी.

(६) श्रीगिरिजात्मक:–मध्य रेल्वेच्या तळेगांव स्टेशनापासून५० मैलांवर जुन्नर जवळ लेण्याद्रि नामक ठिकाणीं डोंगरांत आहे.

(७) श्रीविघ्नेश्वर:– पुणें जिल्हयांतील खेड तालुक्यात खेड गावापासून ४, ५ कोसावर ओझर या गावी.

(८) श्रीगणपति:– मध्य रेल्वेच्या उरळी स्टेशनापासून ४–५ कोसावर घोडनदीच्या रस्त्यावर रांजणगाव येथे.

या शिवाय पुळयाचें (रत्नागिरी जिल्हयांतील) गणपतिचे देवस्थानही फार प्रख्यात आहे.

शरदऋतूचें वर्णन

शरदऋतूत सगळ्या चराचरात नवचैतन्य सचारत असतें हे खाली दिलेल्या संस्कृत श्लोकात फार उत्तम रीतीने सांगितलें आहे :

चंद्रायते शुक्लरुचापि हसो। हसायते चारुगतेन कान्ता ।। कान्तायते स्पर्श सुखेन वारि। वारीयते स्वच्छतया विहाय: ।। हंस शुभ्र कांतिने चद्रासारखा वाटतो, कांता डौलदार गतीने हंसासारखी वाटते, स्पर्शसुखानें जलधारा कातेसारखी वाटते आणि स्वच्छतेमुळे आकाश जणू पाण्यासारखेंच वाटतें. (मराठीतील वर्णन : शेता शेतातून डोलणारी पिवळी लक्ष्मी, सरोवरांतून

(२५) अत्यंत सद्‌गुणी मनुष्य स्वत:च्या आणि अत्यंत दुर्गुणी मनुष्य दुसऱ्यांच्या दु:खाला कारण होतो.

खुलणारा कमळाचा धवळा रंग आणि आकाशातून किलबिलाटाने क्षेम कुशल विचारणारे पक्षी या सगळ्यानाच एक प्रकारचा नाविन्यपणा प्राप्त झालेला असतो. पिवळे ऊन, निळे आकाश, हिरवी शेते व रंगोबेरंगी पक्षी शरद्‌ऋतूचे सौंदर्य अतिशय वाढवितात)

नाही म्हणण्यांत जबाबदारी असते

कोणतीही गोष्ट 'नाही' म्हणण्यात एक विशेष जबाबदारी असते हे लक्षात ठेवले पाहिजे. 'आहे' म्हणण्यापेक्षा 'नाही' म्हणण्यात मनुष्याला जास्त जागरूक राहवे लागते. "पुण्यात हिरव्या चाफ्याची फुले आहेत," असे म्हणणाऱ्याने पुण्यातील एखाद्या बागेत हिरव्या चाफ्याच्या झाडावर २ फुले पाहिली असली तरी ते म्हणण्यास पुरे होईल; पण "पुण्यात हिरव्या चाफ्याची फुले नाहीत" असे म्हणायचे असल्यास त्या मनुष्याला सर्व पुणे-शहरातील बागा धुंडाळाव्या लागतील, तरच त्याचे हे विधान उचीत होऊ शकेल; साहजिकच असे म्हणण्यात त्याच्यावरची जबाबदारी पुष्कळच वाढते.

संस्कृत कवीची बुद्धिमत्ता

(१)

व्याकरणातील समासाचा उपयोग करून एक कवि म्हणतो, "द्वन्द्वो द्विगुरपि चाहं, मद्‌गेहे नित्यमव्ययीभाव. । तत्पुरुष कर्म धारय, येनाहं स्या बहुव्रीहि ।।" हे राजन् मी द्वन्द्व (सपत्निक) आहे. द्विगु आहे (माझ्याजवळ २ गाई आहेत), माझ्या घरात नित्य 'अव्ययीभाव' आहे (व्यय करण्यासाठी मजजवळ काहींच नाही), तर हे पुरुषा तू असे काम कर को, त्यामुळे मी 'बहुव्रीहि' (धान्याने समृद्ध) होईन.

(२)

शब्दाचे श्लेष साधून राजा आणि आपण या दोघांची परिस्थिति कशी सारखी आहे हे खाली दाखविलें आहे.

---

(२६) पवित्र होण्यासाठी जाळून घ्यावें लागतें व अंकुरीत होण्यासाठी गाडून घ्यावे लागतें.

" पृथुकार्तस्वरपात्रं भूषितनिःशेषपरिजन देव । विलसत्करेणुगहनं संप्रतिसममावयोः सदनम् ॥" हे राजन्, आजकाल आपली दोघांची घरें एकसारखी आहेत. तुझे घर 'पृथुकार्तस्वरपात्र, (पृथु-विशाल, कार्तस्वर-सोन्याचे पात्र) आहे आणि माझेही घर (पृथक्-मुलाच्या, आर्तस्वर-रडारडीचे, पात्र..धाम) आहे. तुझ घर 'भुषित निःशेष परिजन' (निः शेष परिजन-प्रत्येक नोकरचाकर, भुषित-भूषणे ल्यायलेला) आहे, आणि माझ्या घरांतहि (निः शेष परिजन-घरातला प्रत्येक जण, भू+उषित-जमिनीवर लोळत असतो) माझ्या घरात अथरायला काहीच नाही तुझ घर विलसत्करेणुगहन (विलसत्करेणु-शोभिवत हत्तीणीनी, गहन-भरलेले) आहे, आणि माझें घरही विलसत्करेणुगहन (विल+सत्क+रेणु-उदरासारख्या प्राण्याने उकरलेल्या धुळीने गहन-भरलेले) आहे, अशा रीतीने हे राजन् आता आपली दोघाची घरे सारखीच आहेत, असे म्हटलें पाहिजे.

मृतापासून आलेले सस्कार

(१) दिवा दक्षिणेकडे तोंड करून ठेऊं नये.
(२) निजताना दक्षिणेकडे पाय करून निजू नये
(३) माणूस घरातून बाहेर पडल्यावर लगेच केर काढू नये
(४) जेवताना नमस्कार करूं नये.
(५) हेल काढून रडू नये.
(६) उलटी प्रदक्षिणा घालू नये.
(७) समारभास जाताना टोपी घालून जावे.

वरील सर्व सस्कार माणूस मृत झाल्यावर करायच्या सस्कारातून उगम पावलेले आहेत. माणूस मेल्यावर त्याला दक्षिणेकडे पाय करून ठेवतात. मेलेल्याच्या ठिकाणीं दिवा दक्षिणेकडे तोड करून ठेवतात, प्रेत घराबाहेर नेल्यावर ती जागा स्वच्छ सारवून, धुऊन काढतात. मृत झालेल्याच्या १३ व्या दिवशी ब्राह्मण जेवत असतां त्याना आपण नमस्कार करतो, मेलेल्यास

(२७) जगांत दुसऱ्याला हंसण्याइतकें सोपे आणि दुसऱ्यासाठी रडण्याइतकें कठीण काम नाही.

नेतांना डोक्यावर काहीं घालीत नाहीत, तसेच मेल्यावर बायका हेल काढून रडतात. वरील गोष्टी इतर वेळी करायच्या नसतात.

स्त्रीविषयी पुरुषानें बसविलेले आडाखे

(१) "तू फार सुदर आहेस" असे एखाद्या स्त्रीला सागण्याचा अवकाश की, ती मूर्खासारखी वागू लागलीच म्हणून समजावी.

(२) ज्या पुरुषाला एक स्त्री ताब्यांत ठेवतां येते, तो एखाद्या देशाचा राज्यकारभार सहज चालवील.

(३) सुदर वस्त्रालंकारानी नटलेली स्त्री म्हणजे पुरुषाच्या सौजन्याची जाहिरातच.

(४) प्रेमात सांपडल्या कीं, साऱ्या बायका इथून तिथून सारख्याच.

(५) स्त्रीची अब्रु म्हणजे केवळ पुरुषाच्या मताचा प्रश्न.

(६) स्त्री नको म्हणते ते तिच्या सद्‌गुणामुळे नव्हे, तर पुष्कळदा अनुभवामुळे.

(७) स्त्री कितीही गंभीर आणि सात्विक असो ती प्रेमात पडली कीं, कशी लाज सोडते ते पहा.

(८) ज्याच्याबद्दल स्त्री कधी बोलणार नाही असं एकच गुपीत तिच्याजवळ असतं आणि तें म्हणजे तिच वय.

(९) स्त्री चारित्र्याने कितीही शुद्ध असो, तिच्या शीलापेक्षा रूपाचीच तारीफ केली तर तिला ती अधिक हवी असते.

(१०) स्त्रीला जे सागावं त्यापेक्षां तिच्या मनाला जे वाटत असतं तेच ती खर मानते.

(११) स्त्रीची वाक्‌युद्धांतील प्रभावीं हत्यारें दोनच, एक आसव आणि दुसरं चुबन.

(१२) साड्या आणि मन दोन्ही वरचेवर बदलण्याची तिला भारी हौस असते.

(१३) बायका आरशापुढे उभ्या राहिल्या की, पुरूषांबद्दल विचार करीत असतात.

(२८) दिवसाचा सदुपयोग करणें हीच खरी ईश्वरोपासना आहे.

(१४) पुरुषाला स्त्री हवी असते तर स्त्रीला कुणातरी पुरुषाला आपण हव्या आहोत या जाणीवेचे सुख हवे असते.

(१५) एखाद्या छचोर स्त्रीच लक्ष आपल्यावर वेधाव अशी पुरुषाची इच्छा असेल तर तिच्याकडे मुळीच लक्ष न देण हाच खरा उपाय आहे.

(१६) प्रेमाचा विषय निघाला की, "ऊः" म्हणून हंसण्यावारी नेणारी स्त्री आणि मनातील भीति घालविण्यासाठी शीळ घालणार पोर यात कितीस अंतर आहे ?

(१७) स्त्री गोड गोड बोलू लागली की, आपला दास्य-काळ जवळ आला अस पुरुषानं निश्चित समजाव

(१८) लग्न होण्यापूर्वी बायकाना फक्त नवरा हवा असतो आणि लग्न होऊन तो मिळाला की, मग त्याना बाकीच्या सर्व गोष्टी हव्याशा वाटू लागतात.

(१९) बायकाच्या सहवासात पुरुषाची नीति बिघडते, पण चालरीत सुधारते असा पुष्कळांचा अनुभव आहे.

(२०) लग्नाच्या वरातीत स्त्रिया नटून मुरडून चाललेल्या दिसतात; तर पुरुष लाजत, किंचित् तोंड चुकवीत चालत असतात

(२१) एखादा मुलगा रेतीत खेळत असला तर रेती इतस्ततः फेकून देऊन बोगदे करायला लागतो, तर मुलगी रेती एकत्र जमवून घर किंवा कोट करते व मधे ती मग मजेत बसून राहते.

(२२) जेव्हा स्त्री २० वर्षांची असते तेव्हां पतीनें केलेल्या थोड्याशा स्तुतीने देखील ती हुरळून जाते; ती ३० च्या आसपास असते तेव्हां आपला पति खूपच हुशार नि शहाणा आहे असे तिला वाटत असतें; पण जेव्हा ती ४० वर्षांची होते तेव्हां आपल्या पतीला काय पाहिजे आहे हेच तिला कळत नाही, तिची बुद्धी जरा कुठीत होते.

(२३) केवळ शिक्षणाने अगर सस्काराने 'स्त्री' ही 'स्त्री' बनत नाही, तर जन्मत.च तो 'स्त्रीत्वाचे' सर्व गुण घेऊन जीवनास सुरुवात करते.

---

(२९) पन्नास वेळां भस्म लावले व दोनशे वेळां अंग धुतले तरी मनाचे मळ जातील काय ?

शरीर-शास्त्र : : : २

जीभ ! काय अजब रचना !

जीभेची रचना इतकी कौशल्यपूर्ण आहे की, जीभेला वाटेल तो आकार सहज धारण करता येतो आपण गिळतो तेव्हा जीभेला वरच्या बाजूस एक कुबड येते आणि त्यामुळे घास घशात ढकलला जातो. जीभेच्या या क्रियेनें घांसातील वासही नाकाच्या पाठीमागल्या भागात पसरविले जातात, व आपल्याला खाद्यपदार्थाचा स्वाद कळतो जीभेवर पुष्कळशा पिटिका (उचवटे) असून या पिटिकाच्या उतरणीवर रुचिकलिका (Taste buds) असतात. एका पिटिकेवर २४५ रुचिकलिका असतात. या पट्टे असलेल्या कलिंगडाप्रमाणे दिसतात.अर्भकाच्या बाबतीत या कलिका जीभेच्या टोकाशी ओंठाभोवती व गालांच्या आतील भागात असतात. तरुण वयात जीभेच्या टोकावर, थोड्या घशाच्या वरच्या बाजूस व गालातील आतील बाजूस असतात. तरुण वयात ९००० रुचि-कलिकाची संख्या, म्हातारपणी ३००० पर्यंत कमी होते. म्हातारपणी जेवणाची चव जाते याचे हे कारण होय. जीभेच्या टोकावरील कलिका गोड रसाची मुख्यत: रुची घेतात. मागील भागावरच्या रेषा कडु रसाची, तर दोन्ही कडाना असणाऱ्या कलिका आंबट रसाची रुचि घेतात. खारट रस चाखणाऱ्या कलिका सर्वत्र जीभेवर पसरलेल्या असतात. जीभेने घेतलेली चव कळते मात्र मेदूला, या कलिकाकडून मेदूकडे हजारो विजेचे सदेश जातात, व त्या सदेशावरून कुठली चव आहे हे मेदु ठरवितो. जीभ जर बधीर केली तर प्रथम कडू रसाची चव जाते, व

(३०) जो जो जयाचा घेतला गुण । तो तो म्या गुरु केला जाण ।।

नंतर अनुक्रमे गोड, खारट व शेवटी आंबट रसाची चव जाते. मेंदूस दुखापत झाल्यास माणसाला पदार्थांचे स्वाद कळत नाहींत.

उन्हाळ्यांत घामोळें कां येतें ?

उन्हाळ्यात अंगावर उठणारीं गळवे बहुश: घामोळ्यामुळेच येतात. आपल्या त्वचेचा बाह्य भाग हा अतिसूक्ष्म खवल्याचा असतो. घर्म-ग्रंथीच्या नलिकाचीं मूळेही या थरातच असतात. घामामुळे खवले फुगतात व या घर्मग्रथींच्या नलिकांची मुळे बंद होऊन खाज उत्पन्न होते. खाजवल्यामुळे जंतू घर्मग्रथीत शिरकाव करतात; व त्यामुळें केसतुडे अथवा गळवें होतात. घामोळे झाल्यास फार पाणी पिऊं नये, गरम चहा वर्ज करावा. समुद्रस्नान करू नय, कमी अल्कली असलेला साबण वापरावा. झोपतांना गादीवर चटई आथरुन हातपाय पसरून झोंपावे. घामोळें होऊं नये म्हणून लिबाचा रस अंगाला लावावा. बोरिक पावडर, झिंक ऑक्साईड व स्टार्च समप्रमाणात घेऊन त्यांचे मिश्रण अंघोळीनतर आंग चागले कोरडे करून घामोळ्यावर व काखा-जाघेत लावावें. बदामाचे व लॅनोलिन याचे मिश्रण घामोळे होऊ न देण्याच्या बाबतीत उपयुक्त ठरले आहे. साधारपणें लठ्ठ माणसास थोड्या श्रमातही जास्त घाम येतो, त्यामुळे घामोळें येण्याचा संभवही लठ्ठ माणसात अधिक असतो.

शरीराचे रासायनिक पृथ:करण

१५४ पौंड मनुष्याच्या देहाचे रासायनिक पृथ:करण केल्यावर खालील गोष्टी आढळल्या :

	पौंड	औंस	ग्रॅम
ऑक्सीजन............	१११	— ०	— ०
हॅड्रोजन..............	१५	— ०	— ०
कार्बन...............	२०	— ०	— ०
नैट्रोजन..............	३	— ०	— ०
फॉस्फरस............	२	— ७	— १०

(३१) मनुष्य जेवढा क्षुद्र असेल तेवढा त्याचा अहकार मोठा असतो.

	पौंड	औंस	ग्रॅम
सल्फर................	१	-- ०	— १०
कॅल्शियम	२	— ०	— ०
क्लोरिन.............	१	—-१३	-- १०
सोडियम.............	०	—११	-- ८
आयर्न	०	-- ८	-- ४
पोटॅशियम...........	१	-- ४	-- ०
मॅग्नेशियम..........	०	— १	-- ०
सिलिका............	०	— ०	-- २

वरील मूल घटकाचे आपापसात इतके मीलन होते की, त्यामुळे शेकडो नवीन नवीन रस, द्रावणें शरीरांत सारखी तयार होत असतात, व त्याचा सतत उपयोग होत असतो.

काळज्या किती प्रकारच्या असतात ?

काळजी ही मनुष्याच्या पाठीमागे सतत हात धुऊन उभी असते. एक सपली की, दुसरी सुरू, तिला कांही अतच नाही. खऱ्या दुःखापेक्षा काळजीचेच दु ख मनुष्याच्या मनाला जास्त बोचणी देतें. आपल्या सर्व आयुष्यांत मनुष्य सतत अनेक गोष्टीची काळजी करीत असतो त्यापकी–

कधी न घडणाऱ्या गोष्टीच्या काळज्या...........४० टक्के.
होऊन गेलेल्या गोष्टीबद्दलच्या काळज्या........३० टक्के.
अकारण तब्येतीच्या काळज्या..................१२ टक्के.
विविध क्षुल्लक काळज्या.......................१० टक्के.
खऱ्या व योग्य चिंता...........................८ टक्के.

काळजी करण्यास फुरसतच न मिळणें हाच काळजी न करण्यावर खात्रीचा उपाय आहे.

चेहऱ्याची शोभा

(१) पूर्णत्वास पोचलेलें नाक चेहऱ्याच्या $\frac{1}{3}$ इतके असलें पाहिजे.
(२) नाकपुड्याची रुंदी डोळ्याच्या रुंदी इतकी असावी.

(३२) राष्ट्राची देवावर जर श्रद्धा असेल तर त्याचे श्रेय गृहिणीला आहे.

(३) कपाळाची रुंदी, नाकाचे टोंक आणि दोन डोळ्यामधील बिंदु यामधील अंतर सारखे असावे.

(४) दोन्ही गालाच्या वरचा भाग जरा फुगीर असावा.

(५) दोन पापण्यांमधून डोळ्यांचा जेवढा भाग दिसतो त्यावर डोळ्यांचा पाणीदारपणा अवलंबून असतो. डोळा मोठा असेल तर तो अधिक प्रकाश परावर्तित करील, व त्यामुळे तो अधिक सुंदर व पाणीदार दिसतो. सुखदायक भावनामुळे डोळे विस्फारतात व चमकू लागतात, दुःखदायक भावनांनी वरची पापणी खाली येते व त्यामुळे डोळ्यातील चमक कमी होते.

माणसे खोटे का बोलतात ?

(१) आपले नुकसान होऊ नये म्हणून किंवा आपल्याविषयी वाईट मत होऊं नये म्हणून खोटे बोलणारे लोक............४१ टक्के.

(२) आपला फायदा व्हावा म्हणून खोटे बोलणारे लोक...१४ टक्के.

(३) आपल्या जातीचा फायदा व्हावा म्हणून खोटे बोलणारे लोक... ....८ टक्के.

(४) आळशीपणानें काम जास्त पडू नये म्हणून खोटें बोलणारे लोक.........५ टक्के.

(५) आपण लोकामधें हास्यास्पद ठरूं नये म्हणून खोटे बोलणारे लोक.........४ टक्के.

(६) बारीकसारीक कारणासाठीं खोटें बोलणारे लोक....२ टक्के.

स्त्रिया पुरुषापेक्षा कमी खोटे बोलतात. स्त्रियांमध्ये १० ते १५ वर्षाच्या बालिका जास्त खोटे बोलतात; तर १५ ते २० वर्षांच्या मुलाचा खोटें बोलण्यात पहिला नंबर लागतो. ५ व्या वर्षापासून मोठ्याच्या अनुकरणानें मूल खोटे बोलण्यास शिकतें, असें आढळून आले आहे.

मूल बोलायला कसें शिकतें ?

आईबापानी बोललेले शब्दच मूल प्रथम उचलतें, नंतर घरातले खेळगडी, इतर माणसे, रेडिओ यांच्यापासून त्याला शब्द शिकायला मिळतात. पण

(३३) विचारे निश्चल होतां बुद्धि । बुद्धिपासी कार्यसिद्धि ।।

आईबाप स्वतःला येणाऱ्या शब्दापैकी रोजच्या बोलण्यांत अगदीच थोडे शब्द वापरतात; तेव्हां मुलांचा शब्दसंग्रह व पर्यायानें त्याचें ज्ञान वाढावे म्हणून आईबापानी रोज निदान १५।२० मिनिटें तरी मुलाला समजेल असे पुस्तक वाचून दाखवावे. अगदी १–१।। वर्षाच्या मुलापासून हा उपक्रम सुरू करा. मुलाला एखादी गोष्ट आवडली तर त्याला ती पुन्हा पुन्हा वाचून दाखवा. मुलाना येणारे शब्द त्यांच्या मनावर बिंबावे म्हणून निरनिराळ्या वस्तु, प्राणी, त्याला प्रत्यक्ष दाखवा. स्पष्ट बोलण्याची संवय लहानपणापासून त्याला लावावी.

बोटांस अगर अवयवांस सूज कशी येते ?

कोणत्याही कारणाने बाहेरील वस्तूनी तुमच्या शरीरात घुसण्याचा प्रयत्न केला तर त्या वस्तूबरोबर बाहेरचे अनेक जतू (ती वस्तु निर्जंतुक केली नसेल तर) तुमच्या शरीरात घुसतात, त्याबरोबर त्याचा प्रतिकार करण्यास रक्तातील शुभ्रगोलक अथवा पेशी त्या ठिकाणी तुटून पडतात. शरीराचे बंधारे फोडून जंतू आत शिरला की, त्या ठिकाणी रक्त या पांढऱ्या सैनिकाना ताबडतोब पाठवून देते. या बाहेरच्या जतूभोवती कोंडी करून हे सैनिक त्यांना खाऊन टाकतात. पुष्कळसे जतू खाऊन टाकल्यावर हे शुभ्रगोलक त्या ठिकाणी मरून पडतात. गळवामध्यें पू जो सांपडतो, तो म्हणजे या मेलेल्या पाढऱ्या पेशीच. दुःखाच्या किंवा जखमेच्या जागी एका-मागून एक या पाढऱ्या पेशी पाठविल्या जातात, तेथील जाग त्यामुळें अधिकाधिक सुजली जाते. मेलेल्या पेशींमुळें कातडीचा रंग पांढरट पिवळ-सर होतो; ठसठसणाऱ्या वेदना होतात, तेथला दाब वाढतो, त्यामुळें तेथील कातडें फुटून पू बाहेर पडताच, दाब कमी होऊन वेदना थांबतात व सूज कमी होते त्या ठिकाणी आणखी शुभ्र पेशी धाडल्या जाऊन ती जखम तेव्हांच भरून निघते. रोगसंपर्क झाला की, शुभ्र गोलकाच्या सख्येत वाढ होते. निरोगी पुरुषात एका Cubic Square Centimeter मध्ये ५ लाख, स्त्रींत ४।। लाख रक्तरेणु असतात. तर शुभ्र गोलक ७ ते ८००० पर्यंत

(३४) इतर सगळे बाहेर गेल्यावर जो नंतर आंत येतो तोच खरा मित्र.

असतात. रक्त तपासणीत शुभ्रगोलकाचा आकडा वाढलेला दिसला कीं, शरीराला रोगसपर्क झाला असे निश्चित समजावे. शुभ्र गोलकाचें आयुर्मान २३ ते १७० मिनिटांपर्यंत असते. शुभ्र गोलकाची निपज सरक्त मेदांतून [Bone Marrow] होत असते. ज्या प्रमाणात मनुष्याचें हाडपेर मजबूत असते त्या प्रमाणात त्याची जतूशी झगडण्याची शक्तीही अधिक असते.

रंगामुळें शरीरावर होणारी प्रतिक्रिया

रंगामुळे आपल्या भावनावर, प्रकृतिवर आणि पर्यायाने आपल्या कार्यक्षमतेवरहि परिणाम होऊ शकतो. प्रयोगाती असे आढळून आले आहे कीं, नेहमीच्या साध्या प्रकाशांत काम करणाऱ्या लोकाची कार्यक्षमता २३ भाग आढळून आली. निळचा उजेडात २४, हिरव्या उजेडात २८ तर पिवळचा उजेडात ३० पर्यंत वाढली व शेदरी रगाच्या प्रकाशांत ४२ पर्यत गेली; म्हणजे सरासरीनें ९० टक्के अधिक काम शेदरी रगाच्या प्रकाशांत होतें. पिवळचा रंगाने आजारपणांत एकदम वाढ होऊ शकते. खोलीतील उष्णता वाढल्याचा भास निर्माण करण्याची शक्ति पिवळचा रगात आहे. पिवळा रंग अपचनास कारणीभूत होतो म्हणून विमानांना सुशोभित करताना हा रंग कटाक्षाने टाळण्यात येतो. एखादी वस्तु जर लाल किंवा काळचा रंगाची असली तर ती पाहणाऱ्यास जड असावी असा भास होतो, उलट तीच वस्तु जर फिकट निळचा किंवा पिवळचा रंगाची असली तर हलकी असावी असा भास होतो. आकडेवार माहिती गोळा करणाऱ्या सस्थांना [Statistical Firms] फिकट निळसर कागदापेक्षा गुलाबी कार्डावर विचारलेली माहिती लोक त्वरित भरून पाठवितात असे आढळून आले आहे. कारखान्यांतील यंत्रांना भडक रंग दिल्यास मालाच्या उत्पादन–वाढीस बरीच मदत होते, कारण बहुतेक कामगार चकचकीत रगाच्या सान्निध्यांत अधिक आवडीनें काम करतात असें आढळलें. फिकट हिरव्या कागदावर बदामी व गर्द हिरव्या रेषा असणारा कागद लोकांना फार आवडतो असे आढळून आलें

(३५) सिनेसृष्टि अथवा आकाश सोडून आलेल्या तारकांची किंमत दगडाइतकीच.

आहे. रगाच्या सान्निध्याने मनुष्याची वृत्ति बदलू शकते. निळसर हिरवा रंग अतिशय आल्हाददायक असतो असे कित्येकाचे मत आहे.

माणसाच्या मेदूतील ज्ञानततू

माणसाच्या मेदूत सर्वसाधारणपणें १००००० एक लाख एवढे ज्ञानततू असतात, ही ज्ञानततूची रचना म्हणजे ते एकमेकाशी कशा रीतीने जोडले गेले आहेत यावरच मनुष्याची प्रतिभा आणि त्याच्या बुद्धोचा तल्लखपणा अवलंबून असतो. हे ज्ञानततू डोळचानें दिसणे अशक्य आहे. टेलिव्हीजन मायक्रॉस्कोपच्या साहाय्याने ज्ञानततू मोजण्याचे काम आईन्स्टीनच्या मेदू-पासून सुरू होणार आहे. मेदूतील ज्ञानततूची सख्या त्याच्या समुहाचे एकमेकाशी असलेले सबध आणि मेदूला होणारा रक्ताचा पुरवठा या गोष्टीवर आपली बुद्धि अवलबून असते. ज्ञानततूचे एकमेकाशो असलेले सबध विद्युत्‌रूपाचे असतात, व त्याचे सहजपणे कार्यान्वित होणे यावर बुद्धीची चमक अवलबून असते

डोळ्याच्या तिरळेपणाचे कारण

तिरळेपणाची कारणे अनेक असू शकतात. लहानपणी मुलाची दृष्टि अधु असेल तर डोळचाला ताण देऊन ते मूल बघण्याचा प्रयत्न करते. काही कुटुबात तिरळेपणा हा अनुवशीक असतो. साधारणपणें १ ते ६ या वयात मूल तिरळे होऊ लागते, व वयाच्या ६ ते १५ वर्षापर्यंत तिरळे मूल सरळ दृष्टीचे होऊ शकते. लहानपणी चकणी असलेली मुले पुढे ती तित-कीशी दिसत नाहीत, पण त्याच्या एकाच डोळचाचो दृष्टि नीट असते; कांही वेळेस त्याच्या दोन्ही डोळचाची दृष्टि शाबूत असते; परतु एकाच वेळी दोन्ही डोळचाचा वापर ते करू शकत नाहीत. डोळचाचे व्यायाम, निरनिराळचा दोन भिगाचा चष्मा, पॅचिग (म्हणजे चागला डोळा बाधून तिरळचा डोळचास काम लाऊन त्याची शक्ति वाढविणे) इत्यादीमुळें तिरळेपणा नाहीसा करता यंणे शक्य आहे. सुरवातीलाच योग्य खबरदारी घेणें आवश्यक आहे.

(३६) शहाणा माणूस चुका विसरतो; परतु त्यांची कारणें मात्र कधीच विसरत नाही.

पडसें कशामुळें होते ?

थड हवेच्या योगानें पडसें होते ही समजूत अगदी चुकीची आहे. उत्तर ध्रुव प्रदेशातील एस्कीमोना पडसे माहीत नव्हते, परतु त्या भागात गोऱ्या लोकाची वस्ती जशी वाढू लागली तशी सर्दी–पडशाची व्यथाही तेथे नांदू लागली. **केवळ संसर्गानेंच** हा रोग फैलावला जातो. तुमची प्रतिकार–शक्ति जर प्रबळ असेल तर ससर्गाने देखील काहीही होत नाहीं. तिसऱ्या वर्षा-पर्यंतच्या मुलाना पडसें येण्याचा सभव अधिक. वृद्ध माणसानाही ह्या रोगाची फारशी भीति नसते. या रोगात पथ्य-पाण्याची विशेष आवश्यकता नसते, विसांवा किंवा विश्रांति, तसेच कोठ्याची सफाई हेच सर्दीवर महत्वाचे उपाय आहेत सर्दीचे जतू श्वासोच्छ्वासावाटेच शरीरात प्रवेश करतात. वर्षातून १/२ वेळा सर्दी होणे चागलेच असते, त्यामुळे शरीरांत साचलेली घाण वाहून जाऊ शकते. सर्दीवर निलगिरो, व्हिक्स वगैरे सतत हुंगल्यास कफ नाकात, डोळे व कपाळ याच्या पोकळीत दाटून तो भाग फार दुखू लागतो व डोकेही जड होते. नेहमोच्या सर्दीवर सौम्य रेचक व विश्रांति याशिवाय दुसरा उपाय न करणेच चागले.

नखें खाण्याची संवय

नखे खाण्याची सवय मुलीच्यापेक्षा मुलानाच अधिक लागते असे आढळून आले आहे. १२ वर्षाची शे. ६२ टक्के मुले नखे खाताना दिसतात, तर मुलीचे प्रमाण शे. ५० टक्केच पडते. काही विशिष्ट वयातच ही नखें खाण्याची व कुरतडण्याची सवय जडते. नखे खाणाऱ्या मुलाना "च्युइंग गम" द्यावें असे काहींचें मत आहे. त्यामुळे नखे खाण्याची सवय पुष्कळशी कमी होते. वास्तविक मुले नखे खात नाहीत, नुसती कुरतुडून टाकून देतात. हल्ली नखाचे पॉलिश वगैरे निघाल्यानें मुलीमध्ये नखे कुरतडण्याचे प्रमाण बरेच कमी झाले आहे. नखे खाण्याची सवय लागताच मुलांना ती त्याच्याच नजरेस आणून द्या. पुष्कळ वेळां आपण नखें खातो व कुरतडतो हें कित्येक

---

(३७) संकटाला संधी मानतो तो आशावादी व सधीलाही संकट मानतो तो निराशावादी.

मुलाच्या लक्षातच येत नाही, इतकी ही क्रिया काहीच्या बाबतीत अगदीं स्वाभाविकच होते.

रक्तपेशी, वजन, हृदयाचे ठोके, मृत्यु यांचा माणसांवर परिणाम

पुरुषाच्या रक्तात १० टक्के लाल रक्तपेशी जास्त असतात त्यामुळे पुरुषाचे रक्त स्त्रीच्या रक्तापेक्षा अधिक लाल असते, त्याचप्रमाणे पुरुषाच्या रक्तात प्राणवायु वाहून नेणाऱ्या हेमोग्लोबीनचें प्रमाण जास्त असते. उलट नवीन रक्त, पुरुषापेक्षा स्त्रीमध्ये जलद निर्माण होतें, त्यामुळे रक्तस्रावाच्या आपत्तीत स्त्रिया लवकर सुधारूं शकतात.

पुरुषाच्या वजनात ८७ टक्के तर स्त्रीच्या वजनांत ५७ टक्के शक्ति असते. उरलेला भाग चरबी व मास असतो. शक्तिच्या जादा प्रमाणामुळे पुरुष लवकर दमत नाही. सारख्याच वजनाच्या स्त्री-पुरुषाना वजन उचलायास सागितले तर ६५ पौड वजन उचलणे स्त्रोंस जड झाले तर पुरुषाने ९० पौड वजन सहज उचलले (दोघानाही वजने उचलण्याची सवय नव्हती).

नेहमींच्या परिस्थितीत दर मिनिटाला स्त्रीच्या हृदयाच्या ठोक्यापेक्षा पुरुषाच्या हृदयाचे ठोके १० ने कमी भरतात. स्त्रियाना पुरुषापेक्षा कमी प्राणवायु पुरतो. श्वास उथळ असल्याने स्त्रियाना विषारी वायूपासून कमी अपाय होतो. स्त्रियाचा रक्तदाबही पुरुषापेक्षा थोडा कमी असतो. स्त्रीच्या हृदयाचा व फुप्फुसाचा आकार शरीराच्या मानाने लहान असल्यानें त्याना थोडा प्राणवायूही पुरेसा होतो.

वयाच्या ५ व्या वर्षापर्यंत आणि तिसाव्या वर्षापासून पुढे कोणत्याही वयाच्या स्थितीत बायकापेक्षा पुरुषच अधिक प्रमाणात मृत्यूमुखी पडत असतात. १५ ते ३० या दोन वयोमर्यादाच्या दरम्यान मात्र पुरुषापेक्षा स्त्रियाच अधिक प्रमाणात मृत्युमुखीं पडतात; याचें १५ ते ३० हे वय म्हणजे स्त्रियाचें अपत्य–प्रसवितेचें वय होय; आणि प्रसूतीमुळे स्त्रियांना मृत्यु

(३८) मनुष्य स्वतः काटकसरीने वागत असला म्हणजे त्याला मितव्ययी म्हणतो आणि दुसरा काटकसरीनें वागूं लागला म्हणजे त्याला कृपण म्हणतो.

येणाचा संभव अधिक वाढत असल्यामुळें या वयाच्या कालमर्यादेंत मृत्यूचें प्रमाण पुरुषांपेक्षा अधिक दिसून येतें.

डोळ्यांत अश्रू कां उभे राहतात!

आपल्या डोळ्यांच्या कोपऱ्यांत एक अश्रूकोष (Lachrymal Sac) असतो. हर्ष, उद्वेग व चिंता या कारणांमुळें भावना उचंबळून येऊन त्यांचा दाब या कोषावर पडतो व त्यांमधून अश्रू वाहूं लागतात. हे अश्रू अतिशय जंतूनाशक आहेत. १०० गॅलन पाण्यांत चमचाभर अश्रू टाकले तर त्या पाण्यातील सर्व कृमी मरून जातील. अश्रूचें पृथःकरण केल्यास त्यात शें ९४ टक्के भाग पाणी व ६ टक्के भाग क्षार व लिसोजिन हें द्रव असतें. डोळे पाणावलेले होणें हेही अश्रू येण्याचेंच द्योतक आहे. ज्यांच्या डोळ्यांत कधीही अश्रू येत नाहीत ते अेकतर दमेकरी तरी असतात किंवा त्यांच्या सर्वांगावर फोड येण्याची शक्यता असते. अश्रू येण्याकरिता रडलेंच पाहिजे असा अर्थ होत नाही, दुःखामुळे कधीही न रडणाऱ्या व्यक्तिच्या डोळ्यांतही अश्रू उभे राहतात.

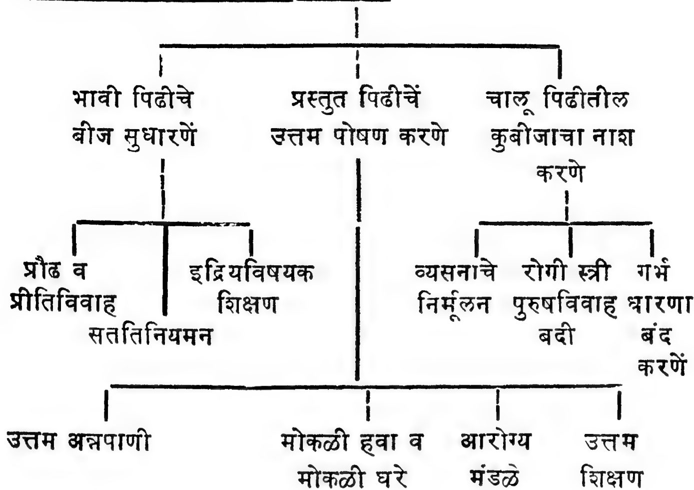
मनुष्यास मधुमेह कां होतो ?

ज्याप्रमाणे कोळशाचें पूर्ण ज्वलन न झाल्याने गिरणीच्या चिमणींतून काळा धूर निघू लागतो त्याप्रमाणें शरीरात साखरेचें पूर्ण ज्वलन न झाल्यानें लघवीवाटे साखर बाहेर फेकली जाते, त्यास आपण मधुमेह(Diabates) असे म्हणतो. इन्स्युलिन हें साखरेचें ज्वलन नियमित करतें. इन्स्युलिन कमी झाल्याने साखरेचे ज्वलन न होऊन साखर बाहेर फेकली जाते, त्यामुळें साखरेच्या अभावी शरीरांतील इतर जरूरीची रसायनें नीट तयार न होऊन अशक्तपणा वाढत जातो, अन्नपचन होत नाहीं, वजन कमी होतें; अशा वेळी बाहेरून इन्स्युलिनचे इजेक्शन देऊन साखरेचें ज्वलन पूर्ववत् चालू करतां येते.

---

(३९) गुरु तारक नसून गुरुभाव तारक आहे; त्याचप्रमाणें प्रपंच मारक नसून प्रपंचासक्ति मारक आहे.

सुप्रजाजनन शास्त्र (Eugenics)



(१) विषयाचाच विचार सतत मनांत न धरणे.

(२) मनाला कुठचा ना कुठचा तरी छंद लाऊन घेणें.

(३) चागल्या माणसाची संगत धरणे.

(४) गुरूवर वा परमेश्वरावर अढळ श्रद्धा ठेवणें.

(५) विवेकाने व विचाराने कार्य करण्याची सवय लाऊन घेणें.

(६) सतत प्रयत्न व अभ्यास यांच्या योगाने मनातील दुर्गुणाचें निर्मूलन करणें.

(७) विचारपूर्वक संगम हेच सुप्रजाजननाचे मूल तत्त्व होय.

डोकें–दुखीचा त्रास

लग्न झालेल्या जोडप्यापेक्षां ब्रह्मचारी पुरुष, कुमारिका, बालविधवा यांच्यांत डोकेंदुखीचें प्रमाण अधिक आढळतें. अशिक्षित लोकापेक्षां कॉलेज

---

(४०) पैशाच्या अपव्ययाला डरणें हा सूज्ञपणा ठरेल; पण पैशाच्या व्ययालाच डरणें हा निव्वळ मूर्खपणाच ठरेल.

तरुणांत हें प्रमाणें दुप्पट आढळले. म्हाताऱ्या लोकापेक्षा तरुणांनाच डोकें-दुखीचा त्रास जास्त होतो, तर डॉक्टरलोकापेक्षा वकीलवर्गासच ही व्याधी जास्त पछाडते. अशिक्षित व अगदी कमी शिकलेल्यामध्ये हे प्रमाण अगदी कमी आढळते. तसेच उच्चपदस्थ अधिकारी, धंदेवाले यांमध्ये हें प्रमाण इतरापेक्षां अधिक आढळते. डोकेदुखीची कारणें शारीरिकपेक्षा मानसिकच जास्त असतात. दुसरीकडे मन गुतवणें, मनास छंद लाऊन घेणें, जीवनाकडे आशावादी दृष्टीने पाहणे व कुठल्याही गोष्टीची काळजी करण्याचे सोडून देणें हे डोकेदुखी कायमची नष्ट करण्याचे खात्रीचे उपाय होत.

बोट अगर मोटार लागून होणाऱ्या वात्यांचें कारण

मोटारीत, बोटीत, पाळण्यात अगर झोपाळ्यावर बसून काही लोकांना मळमळते, घेरी येते, ओकाऱ्याही होतात. याचें खरे कारण पोटात नसून कानात आहे असे सागितले तर आश्चर्य वाटेल. कानाचे ३ भाग पडले आहेत. बाह्यकर्ण (वरून दिसणारा कान), मध्यकर्ण (पडदा व पोकळी मिळून झालेला) व तिसरा अंतर्कर्ण. या शेवटच्या भागात "अेंडोलिफ" नावाचे एक प्रभावी द्रव असून त्यात सवेदनक्षम मज्जातंतू तरगत असतात. गति-मान वाहनातून प्रवास करूं लागतांच व विशेषत. पुढे जाणाऱ्या गतिबरो-बरच डावी उजवी गति मिळाल्यामुळे कानातील हा द्रव हालू लागतो, त्यामध्ये तरगत असलेले मज्जातंतू त्यामुळे हेलकावे खाऊ लागतात व आपल्याला घेरी आल्यासारखे वाटते, व पुढे ओकारोही येते. हे गरगरणें थाबविण्यास 'ड्रमॉईन' चे इंजेक्शन देऊन तोल साभाळणाऱ्या भागाची सवेदना कमी केली जाते. लिंबू, आले वगैरे खाऊन घेरीचे, म्हणजे त्यामुळें होणाऱ्या वात्याचे व पित्ताचे प्रमाण कमी करता येईल; पण त्यामुळे मुख्य कारण तसेच राहते. झोपल्यामुळे हे गरगरणे साहजिकच बरेच कमी होते; त्यामुळें आडवे होणे हा त्यातल्या त्यात उत्तम उपाय होय. "गरगरणे" हें प्रत्येक व्यक्तिवर अवलंबून असते; अनुवंशिकता, पोट भरलेले असणे अगर रिकामे असणें अित्यादीचा काहीच परिणाम होत नाही कारण पोट रिकामें असले तरी कोरडया ओकाऱ्या येतच राहतात.

(४१) संकटांची जितकी पत्रास राखावी तितकी तीं अधिकाधिक मिजासखोर होत असतात.

मुलांस कोणत्या टाईपाचें पुस्तक वाचण्यास द्यावें ?

वयाच्या ७ व्या वर्षापर्यंत मुलाच्या नेत्र-गोलास पूर्णत्व आलेले नसतें व १६ वर्षांपर्यंत त्याचा विकास झालेला नसतो; अशावेळी फार लहान टाईपाची पुस्तके वाचून मुलांच्या डोळ्यांवर फाजील ताण पडण्याची शक्यता असते. अशावेळी शिक्षक व पालकांनी मुलाच्या वाचण्यांत खालील टाईपाचीच पुस्तके येतील अशी खबरदारी घ्यावी.

७ वर्षाखालील मुलांस १/४ इंच उंचीचा टाईप.

७ ते १६ पर्यंत मुलांस ३/१६ इच उचीचा टाईप.

व १६ च्या पुढील मुलांना १/१६ इच उंचीचा टाईप चालू शकेल. मुलांना कोणती पुस्तके देण्यांत येतात याचो चौकशी करून मुलाकरिता छापण्यांत आलेलीं पुस्तके वरील टाईपाचीच असावीत असा निर्बंध असावा.

मनुष्याचें स्पर्शेन्द्रिय

मनुष्याचें स्पर्शेंद्रिय जीभेच्या ठिकाणी जास्त तीव्रतर असते. कंपॉसच्या दोन टोकात १/२५ इंच अतर ठेऊन ही दोन टोकें जीभेवर टोंचलीं तर या दोन टोकाचें वेगवेगळे ज्ञान जीभेस, म्हणजेच माणसास होऊं शकते. हेंच अंतर इतर अवयवामधें खालील प्रमाणांत असतें :

हाताची बोटे.................. १/१२ इच.
कोपरापासून पुढील हात....... १ १/२ इंच.
पाठ......................... २ १/२ इंच.
मांडी....................... १ इंच.

स्पर्शेंद्रियांची तीव्रता मेदूतील सवेदन–तंतूच्या जाळ्यावर अवलंबून असते. ज्या ठिकाणी ह्या तंतूचें जाळे जास्त तितकी स्पर्शेंद्रियाची तीव्रता अधिक असते.

(४२) फक्त सामान्य माणसेंच स्वतःला मोठी समजतात; खरोखरीच जे मोठे असतात त्यांना स्वतःच्या मोठेपणाचा विचार करायला वेळच मिळत नाही.

मनुष्य घोरतो म्हणजे काय होतें ?

माणूस जेव्हां घोरतो तेव्हा पडजीभ (Uvula) व तिला चिकटलेली अस्थिबधने (Ligaments) ढिली पडतात. मनुष्य पाठीवर झोंपला म्हणजे पडजीभ खाली पडते व तिची अस्थिबधनें मागच्या बाजूस पसरून पडतात, त्यामुळे श्वासोच्छ्वास-नलिका हळू हळू बद होते व हळूहळू घोरणे सुरू होतें. घोरणें बद करण्यास उपाय म्हणजे घोरणाऱ्या उताण्या माणसास कुशीवर निजविणें; दुसरा उपाय म्हणजे गरम पाण्यांतून रात्री झोपण्यापूर्वी व सकाळीं उठल्याबरोबर मिठाच्या गुळण्या करायच्या–त्यामुळे पडजीभेस जोडलेली अस्थिबधने बळकट होतात व पडजीभ ढिली पडत नाही. घोरणे हे गाढनिद्रेचें द्योतक आहे असे मानण्यात येते.

वजन व इंद्रियांच्या वाढीचें प्रमाण

आईचे वय २५ ते ४० असून तिचें वजन व आरोग्य चांगले असेल तर मुलाचे वजन जन्मतः ८॥ ते १०॥ पौड असायला पाहिजे. साधारणपणें पहिल्या मुलाचे अगर मुलीचें वजन थोडे कमी भरतें. ठेंगण्या आईवडिलाचीं मुलेही वजनाने कमीच भरतात. गर्भारपणी शेवटच्या २ महिन्यात आईला जर चागली विश्राति मिळेल तर मुलाचे वजन चागलें भरतें. दोन गर्भारपणात ३ ते ५ वर्षाचे अंतर असणे आईच्या दृष्टीने चांगले. गर्भाची वाढ होताना किंवा जन्म झाल्यावर मुलाची अगर मुलीची वाढ सारख्या प्रमाणात होत नाहीं. जन्माच्या वेळेच्या वजनाच्या पुढील पटीने मुख्य इंद्रियाची वाढ होते. डोळे…१·७ पट, मेंदू…३·७, लिव्हर…१३, हृदय …१५, स्प्लिन…१८, फुप्फुसे, जठर व आतडी…२०, हाडे…२६, स्नायु…४८, पूर्ण वाढ झालेल्या माणसाचे वजन जन्माच्या १९ पट असतें. निरोगी माणसाची उची, वजन, छातीचा घेर याचें प्रमाण :

$$\frac{\text{उचीचे इंच} \times \text{छातीच्या घेराचे इच}}{१७} = \text{पौड वजन.}$$

(४३) विषयवासनेसारखा रोग नाहीं, मोहासारखा शत्रु नाही, क्रोधासारखा तापदायक अग्नि नाहीं आणि ज्ञानाइतकें परम सुख कशांतही नाहीं.

मध्यम मानाने छातीचा घेर ३४ इच धरल्यास उचीच्या इचाच्या दुप्पट पौड वजन असतें. अति उच माणसास हे प्रमाण विशेष लागू पडत नाही.

उंच व्यक्तीचें भाग्य

जीवनातल्या प्रत्येक क्षेत्रात आघाडीवर असलेल्या व्यक्तींपैकीं बहुसख्य व्यक्ति उच असतात. तुलनेने पाहिल्यास भरपूर उची ही प्रभावी व्यक्तिमत्त्वासाठी आवश्यक व महत्त्वाचा घटक असल्यानें बुटक्या माणसापेक्षां उंच माणसानीं अधिक यश मिळविले आहे, अधिक सत्ता गाजविली आहे व अधिक पैसाही सपादन केला आहे. पॉलिसिची रक्कम ही सापत्तिक स्थितीचे उत्तम निदर्शक असल्याने पैसा व उची यांचा अतिशय घनिष्ट सबध एका प्रख्यात विमा कपनीने लावला आहे.

खालील कोष्टक पाहा :

पॉलिसी–होल्डरची उची	घेतलेल्या पॉलिसीची रक्कम डॉलर्समध्ये	
६ फूट ४ इंच	६१८०	सरासरी
६ ,, १ ,,	५३६६	,,
५ ,, ११ ,,	४४६८	,,
५ ,, ७ ,,	४२१५	,,
५ ,, ५ ,,	३९०३	,,
५ ,, ३ ,,	३७१७	,,
५ ,, ० ,,	२९७९	,,

यावरून असे दिसून येईल की, अधिक उंचीच्या इसमानी अधिक रकमेचा विमा उतरला आहे; व कमी उचीच्या लोकाचा विम्याच्या रकमेचा आकडाही कमीच आहे. निरनिराळ्या क्षेत्रांतील व धंद्यातील एकूण १०३७ लोकांची चांचणी घेण्यात आली, तेव्हां बहुसख्य मोठ्या पगारावरचे लोक शरीरयष्टीने उच होते. बहुसख्य खालचा वर्ग हा तुलतेनें उच्चवर्गीय

(४४) जगांत कुरुप स्त्रिया मुळी नाहीतच, फक्त कांही अशा आहेत कीं, त्यांना आपण सुंदर कसें दिसावें हें कळतच नाहीं मुळीं.

लोकापेक्षा उचीनें कमीच आढळतो; परंतु पुष्कळ वेळा खालच्या वर्गातून निर्माण होणाऱ्या बुद्धिमान आणि प्रतिभाशाली व्यक्ति मात्र अतिशय उंच असतात असा सिद्धात हॅवेलॉक अेलिस याने काढला आहे. बुद्धिमतांची पाहणी केल्यानंतर असे आढळून आले आहे की, मध्यम उंचीच्या ६८ टक्के लोकांमधून (ब्रिटनमधील) फक्त २६ बुद्धिमान व्यक्ति निर्माण होतात, तर १६ टक्के उच व्यक्तींमधून ४३ बुद्धिमान निर्माण होतात तरी पण बुद्धिमत्तेचा आणि यशाचा वारसा फक्त उच माणसाकडेच दिला आहे असें म्हणता येणार नाही. शिवाजी, नेपोलियन, आईन्स्टीन, अॅलेक्झाडर इत्यादि व्यक्ति मध्यम उचीच्याच होत्या.

थोडक्यात, पण महत्त्वाचें

(१) लग्नास मुलाचे कमीत कमी वय २० असावे तर मुलीचें १६ असावे.

(२) मुलाच्या व मुलीच्या बीजदर्शन--कालात साधारणत. ३ वर्षाचा फरक असल्याने दोघामध्ये लग्नसमयी ३ वर्षाचे तरी कमीत कमी अतर असावें असे वात्स्यायन म्हणतो; तर वाग्भटाच्या मते ते ४/५ वर्षाइतके तरी असावे.

(३) "वरमेको गुणी पुत्र:" या न्यायाने एक गुणवान् मुलगा बरा, पण आज काल " एक से दो भला " या न्यायाने २ मुलगे असणे चागले व त्याच्या जोडीला १ बहीणुली असणे उत्तम. सध्याच्या परिस्थितीत यापेक्षा जास्त परिवार वाढव नये.

(४) २ मुलांमधील काळात ४/५ वर्षांचे अंतर असणें इष्ट. यामधील काळात सयम पाळून दोघानी तनमने सुदृढ बनावें. एकदा तुमच्या मुलाची संख्या ३ झाली की, मग सततिनियमनसाधने जरूर वापरावीत किंवा पुरूषाने ऑपरेशन करून घेणे सर्वात उत्तम.

(४५) आपल्या पुत्राच पुरुषांत रूपांतर करण्यास आईला २० वर्षे लागतात; पण या पुरुषाचं मूर्खात रूपांतर करायला दुसऱ्या स्त्रीस २० दिवसही लागत नाहीत.

(५) सुनेचा पाळणा हलू लागला की सासूचा बंद होणें आवश्यक आहे. या करिता सततीची पुरुषाची शेवटची मर्यादा ४० तर स्त्रीची ३५ वर्षांची असावी.

(६) गर्भाधान-कालच्या स्त्री-पुरूषांच्या मन:स्थितीवर व त्यांच्या आचार–विचारांवरच संततीचें गुणावगुण बरेचसे अवलबून असतात हा सतान-शास्त्राचा ठाम सिद्धांत आहे. त्यामुळे त्यावेळी स्त्री–पुरुपानी आपलें आचरण प्रसन्न, प्रेमळ, शान व मनमोकळे ठेवणें अत्यत आवश्यक आहे शात, सुदर, निरोगी व दीर्घायुषी संततीसाठी स्त्री–पुरुषानी तनमने सुदृढ असावे.

जास्त चालण्यामुळें पाय कां आंबतात ?

आपण खूप चाललो म्हणजे आपले पाय दुखूं लागतात, त्यावेळी पाय अगदी आबले आहेत असे आपण म्हणतो. पुष्कळ चालण्यामुळे पायाच्या स्नायूना व्यायाम होतो; त्या स्नायूच्या आकुचनामुळे तेथे आम्ल [Lactic Acid-दुग्धाम्ल] तयार होते. व्यायामामुळे अभिसरण वाढले असले तरी हे जास्त तयार झालेलें आम्ल तेथून वाहून नेणे अशक्य असते व त्यामुळे स्नायूमध्ये तें साठून राहते, व मग स्नायू ताठर होऊन आबल्यासारखे होतात. पाय आबले म्हणजे चांगले चोळून तेल लावून कढत पाण्याने शेकले म्हणजे तयार झालेले आम्ल वाहून नेणे शक्य होतें व त्यामुळे आपल्याला हलके वाटून पाय दुखण्याचे पुष्कळ कमी होतात. १५० पौड वजनाच्या माणसाने सेकंदास १ पायरी या प्रमाणे १५० पायऱ्या चढण्याचा व्यायाम केला असता जी आम्लता उत्पन्न होते ती ५० मिनिटे टिकून राहते असें प्रयोगाति आढळून आले आहे. नेहमीच्या व्यायाम करण्यानेही शरीरांत जास्त आम्लता तयार होते; परतु त्या त्या स्नायूच्या ठिकाणाहून ती सत्वर दुसरीकडे नेली जाते. मालीशमुळे स्नायूचें सचालन अप्रत्यक्ष होते, तर व्यायामामुळे तें प्रत्यक्ष होतें त्यामुळे मालीश आम्लता उत्पन्न करूं शकत नाही.

(४६) मनुष्याचं मन किती संवेदनाक्षम असतं पाहा–एखाद्याच्या पाठीवरून हात फिरविलात कीं, त्याचं डोकं तत्काळ चढूं लागतं.

स्त्री–पुरुषांतील नैसर्गिक भिन्नता

(१) पुरुषापेक्षां स्त्रियाच्या वजनांत लवकर वाढ होते, चरबीचा सांठा त्या लवकर करूं शकतात व जास्त दिवस टिकवू शकतात.

(२) पुरुषाचे जास्तीत जास्त वजन ४०/४५ व्या वर्षी असते तर स्त्रीचें त्यानतर १ तपाने म्हणजे १२ वर्षाने असते.

(३) स्त्रीचे जठर पुरुषांपेक्षा मोठे असतें, शिवाय त्याची पचनक्रियाहि जलद चालते; त्यामुळे पुरुषापेक्षां त्याना लवकर भूक लागते.

(४) स्त्रीच्या कोपराचें हाड मनगटाच्या हाडाला ज्या कोनांत साधलें गेले आहे तो कोन व माडीचें हाड गुडघ्याच्या हाडाला साधलें गेलें आहे तो कोन, या दोन कोनाचा पुरुषाच्या कोनाशी फरक पडल्याने स्त्रियांना शिडीवर अगर डोंगरावर चढणे, चेंडूफेक वगैरे बाबतीत फार कष्ट पडतात,

(५) सामान्यतः स्त्रियाचे केस व डोळे पुरुषापेक्षां रगाने गडद असतात.

(६) स्त्रियाच्या स्वरतंतूची लाबी पुरुषापेक्षां कमी असते, मुली मुलांपेक्षा जास्त लवकर बोलतात, काही पोक्त शब्द त्या मुलांअगोदर वापरूं लागतात.

(७) पोटातील व्रणाचे रोगी बहुतकरून पुरुषच असतात.

(८) पुरुषाची दृष्टि व्यावहारिक असल्याने एखाद्या गोष्टीचा तो एकाग्रतेने विचार करतो, तर स्त्रीची दृष्टि तात्त्विक दृष्टीने उत्तम विचार करूं शकते. बाजाराचा तपशील, किंवा घराचा नकाशा हवा असल्यास पुरुषाचा सल्ला घेणे इष्ट, तर ऐतिहासिक तपशील, समारंभ, सजावट इत्यादि बाबतीत स्त्रिया उत्तम सल्ला देऊं शकतात.

(९) स्त्रियाच्या भावना जरी लवकर दुखावल्या गेल्या तरी झालेला अपमान त्या चटकन् विसरून जाऊं शकतात.

(१०) स्त्रियाना पुरुषापेक्षां कमी वेळां स्वप्ने पडूनहि पुरुषापेक्षां स्वप्नांमुळें त्या जास्त वेळां जाग्या होतात, असा अनुभव आहे.

---

(४७) पुरुषांच्या अपघाताचं कारण, त्यांचें स्त्रियांकडे लक्ष गेल्यानें तर स्त्रियांच्या अपघाताचं कारण, त्यांचें स्वतःकडेच लक्ष गेल्यानें.

(११) स्त्रिया पुरुषापेक्षां ५ पट आतूर व भित्र्या असतात. काळजी व बंधनाच्या छायेत होणारी वाढ याला कारणीभूत होत असावी असा तर्क आहे.

बुद्धिमान मुले कशी निपजतील ?

जगप्रसिद्ध सशोधक हॅवेलॉक एलिस यानीं १००० प्रखर बुद्धीच्या स्त्री-पुरुषाविषयी माहिती मिळवून असे अनुमान काढलें आहे की, बुद्धिमान स्त्री–पुरुषामध्ये सामान्य जनतेपेक्षा जास्त लोक अविवाहित राहतात, व जे विवाह करतात त्यामध्ये निपुत्रिकाचें प्रमाण फारच अधिक आढळते. मात्र ज्या बुद्धिमान व्यक्तिस मुले होतात, त्याच्या मुलांची सख्या त्या श्रेणीच्या इतर लोकापेक्षा फारशी कमी नसते. स्त्री–पुरुषाची मने अत्यत सुसंस्कृत व प्रभावी होण्याचा काल म्हणजे वयाची ३५/४० ची पुढची वर्षें. या सुमारास स्त्रियाना मुले होण्याचें प्रमाण अगदी कमी असते. स्त्री–पुरुषांना अन तारुण्यात मुले होतात, त्यावेळी ते गद्धेपंचविशीच्या आंतबाहेर असतात. आईबाप मुलाला देह देतात व देहापुरते मुलाचे वैशिष्टच आईबापांपासून आलेलें असते. मुलाचे मन, त्याच्या वृत्ति, त्याच्या बुद्धिचे गुणावगुण हे त्या मुलाचा जीव मागील जन्मातून बरोबरच आणतो हे लक्षात ठेवावें. सर्वच आईबापाना आपल्या मुलाचे मन घडवू शकता येते हा समज चुकीचा आहे. शेवट शेवटच्या मुलांत बुद्धिमत्ता, चतुरपणा, विचारवृत्ति इत्यादि गुण आढळतात. पहिली मुले भोळसर वृत्तिची, गरीब व सालस असतात. शरीराने पहिली मुलें धडधाकट व उत्तम पोसलेली असतात, तेव्हा बुद्धिमान संतति पैदा होणे अवश्य असल्यास स्त्री–पुरुषानी कुठलीही गोष्ट उतावीळपणे व भावनातिरेकाने करू नये सयम (थोडातरी), सुसस्कृतपणा व उच्च विचार याचा पूर्ण आश्रय घेऊनच पुढे पाऊल टाकावे.

दृष्टीची शक्ति व तिचें मोजमाप

जसजसा अधार वाढत जातो तसतशी आपल्या डोळयांची पाहण्याची शक्ति वाढत जाते. ती १ लक्ष पटीनें वाढते असें आढळून आले आहे. अंधारांत मेणबत्तीच्या ज्योतीच्या हजाराव्या हिश्याने असलेला प्रकाशही तुम्ही पाहूं शकता, तसेंच मेणबत्तीच्या प्रकाशाच्या कोटयावधि पटीने तेजस्वी

प्रकाशात तुम्ही पाहूं शकतां. जगांतील दृश्य वस्तूपैकी ९० टक्के माहिती केवळ नेत्राच्याच साहाय्याने आपण सग्रहीत करू शकतो. सर्व पान आपण एकदम पाहूं शकतो; परंतु वाचायचें झाल्यास एकाच वेळी १–२ शद्बच फक्त दिसू शकतात सुमारे ८ अक्षरेच एकावेळी आपण नीट वाचू शकतो.सर्वसाधारण पुस्तकात प्रत्येक ओळीत १०शब्द(इग्रजी)असतात, व एका शद्वात ८ अक्षरे असतात असे मानल्यास आपला नेत्र १०उडचा मारून ती ओळ वाचून काढतो· भरभर वाचणारा माणूस अक्षर अन् अक्षर कधीच वाचत नाही, १० उडयाऐवजी ३ किवा ५ उडयातच त्याचे नेत्र ओळ वाचून पुरी करतात. जगात सर्वात वेगवान् असणाऱ्या प्रकाशाचा वेग तासाला १ लक्ष ८६ हजार मैल असतो, सूर्यापासून प्रकाश निघून डोळयापर्यंत पोचण्यास फक्त ३ सेकदेच लागतात. परतु अंधारात दिसू लागणे ही क्रिया अत्यत सावकाश होते. अधारात पाढरा ठिपका ठेऊन त्याचें तेज कमी करीत करोत डोळयाना न दिसेपर्यंत ३० ते ४५ मिनिटे वेळ लागतो तर एक हजाराव्या सेकंदात पडणारा उजेडही आपण पाहतो. कोणताही पदार्थ १·१० सेकदपर्यंत स्थिर असल्याचे मानण्यांत येते. पदार्थाच्या एका टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यंत पदार्थ पाहण्यास सेकदाचा ५० वा हिस्सा देखील पुरेसा होतो. १/५० सेकदात दाखविलें गलेले चित्रही वैमानिक अचूक हुडकून काढतात.

वाचतांना घेण्याची काळजी

(१) ओठ न हालवता डोके पुढे–मागे न करता, शब्दाखाली बोट न धरतां, एक एक अक्षर हळू हळू न वाचतां ओळीवरून भराभर दृष्टि उडवीत वाचा; व वाचतांना अर्थाकडे पूर्ण ध्यान द्या.

(२) वाचण्याचा वेग वाढविण्याकरिता घडयाळाचा उपयोग करा, पण एखादा पॅरिग्राफ वाचतांना त्यातील मुख्य मुद्दा काय होता याचा किंचित्काल विचार करून मगच पुढे जा.

(४९) जेथे कोंबडीने काम भागत असेल तेथे बकऱ्याचा बळी देऊं नये.

(३) पुन्हा तोच तोच शब्द वाचण्याची सवय लाऊन घेऊ नका, त्यामुळे नसता गोधळ उडण्याचा सभव असतो.

(४) लेखाचा मतितार्थ समजून घ्यायचा असल्यास त्यांतील नामें व क्रियापदे याकडे ओझरती नजर टाकत चला.

केंस कुरळे कां होतात ?

डोक्यावर १ (चौरस) इंचास साधारणपणें १ हजार केस असतात; व डोक्याच्या केसाळ त्वचेचें एकदर क्षेत्रफळ १२० चौरस इच असते. केस-दर महिन्यास $\frac{3}{7}$ ते $\frac{3}{4}$ इंच या वेगाने वाढत जातो; स्त्रियाच्या केसांची लांबी १० ते १४ इच झाली कीं, त्याचा वाढण्याचा वेग निम्याने कमी होतो. केसाचा कुरळेपणा हा त्यांच्या आकारावर अवलंबून असतो. केस गोल किंवा लबवर्तुळाकृति व चपटा असतो. केस ज्या प्रमाणात लब वर्तुळाकृति व चपटा असेल त्याप्रमाणात त्याच्यात कुरळेपणा निर्माण होतो. हवेत ओलावा असल्यास केस कुरळे होतात. क्लिप्स वगैरे केसाना कृत्रिम कुरळेपणा आणतात; पण तो तात्पुरता असतो. केसाचा कुरळेपणा कांहीच्या बाबतीत अनुवंशीकही असतो. मर्यादीन कुरळे केस चेहऱ्याचे सौदर्य वाढवितात.

आपल्याला थडी कशी वाजते !

शरीरातून उष्णता बाहेर पडण्याचे ५ मार्ग आहेत. वहन (Conduction), परिवहन (Convection), विकीरण (Radiation), बाष्पीभवन (Evaporation), श्वासोच्छ्वास व मलोत्सर्ग (Excretion). कपड्याच्या-द्वारा वहनमुळे, बोलण्याच्या द्वारा परिवहनामुळे, हवेच्या द्वारा विकीरणामुळे घामाच्या द्वारा बाष्पीभवनामुळे व श्वासोच्छ्वास व मलमूत्रद्वारा शरीरा--तील उष्णता कमी होत असते. थंडीमुळे आपल्या हातापायातील किवा उघड्या भागांतील केशवाहिन्या आकुंचन पावतात व त्यांना पुरेसा रक्त-प्रवाह मिळत नाही, त्यामुळे आपले हातपाय व उघडे भाग सुद होतात. आपल्या शरीराच्या तपमानात दिवसांतून १ अंश फक्त फरक पडत असतो.

(५०) तुमचें तुमच्या मुलांवर जर खरें प्रेम असेल, तर तुम्ही इतरांच्या मुलांवरही प्रेम कराल.

सायकाळीं शरीराचे तपमान साऱ्या दिवसात अधिक असते, तर भल्या पहाटे ते सर्वांत कमी असते. बेबी (मूत्रपिडाजवळ) हें उष्णतेचें केंद्र मानलें जाते. बेबीचे तपमान पायाच्या बोटाच्या तपमानापेक्षा ६° फॅ. नी जास्त असते. थडीकरिता पुष्कळ लोक मद्य पितात. वास्तविक मद्याने अथवा आल्कोहोलने शरीराचे तपमान कमीच होते, परतु ते प्याल्याने केशवाहिन्या प्रसरण पावतात आणि त्यामुळे गरम वाटते. पुरुषापेक्षा स्त्रियाना थडी कमी वाजते. थडी सहन करता येणे न येणे हे बरेचसे सरावावर अवलंबून असते. हिवाळ्यात जपानमध्ये युरोपियनाना देखील हुडहुडी भरते, तर फ्रेचाना इग्लडमधे थंडी वाजते, मुबईकराना नाशिक–पुण्याची थडी असह्य होते तर मद्रासी लोकाना मुबईची थडी कडक वाटते. थडीमुळे माणसाच्या शरीरात जोम जरी निर्माण झाला तरी ‘ॲड्रीनलिन’ या ग्रथीचा स्राव अधिक होऊन माणूस जरा चिडखोर बनतो असे आढळून आले आहे.

जेवताना पाणी प्यावें का ?

जेवताना पाणी पिणे अपायकारक असतेंच असे नाही, ते आपण किती व कशाबरोबर पितो यावरच सर्व अवलबून असते. योग्य प्रमाणात जेवताना पाणी प्यायल्यास अपाय नाहीं. पचनक्रियेस पाण्याची ताबडतोब गरज नाही पाणी प्यायल्यावर ते छोट्या आतड्यातून चटकन् पुढे मोठ्या आतड्यात जाते व तेथेच त्याची खरी जरुरी असते. श्रीखड, बासुदी, कलींगड, खरवस, केळी वगैरे खाल्यानतर पाणी पिऊ नये असे म्हणतात; परतु योग्य प्रमाणात पाणी प्याल्यास अपाय होत नाही, असे आढळून आलें आहे. जेवताना जास्त पाणी प्यायल्यास पाणी पोटातील निरनिराळ्या पाचक-रसाची शक्ति कमी करते (Dilution). त्यामुळे अन्नात पाचकरस पाहिजे त्या प्रमाणात मिश्रित होत नाहीत व अशाने अजीर्ण होऊन ढाळ होण्याचा सभव असू शकतो. जेवल्यावर १ तासाने भरपूर पाणी पिणे हा सर्वोत्कृष्ट मार्ग होय.

(५१) ज्या जगलांत वाघ नाहीत, तेथे माजरांनाही भाव येतो.

रंग-किरणोपचारपद्धत

या पद्धतिप्रमाणे लाल, नारिंगी व हिरव्या किरणांनी थंड व आळशी शरीरास चेतना मिळते, निळ्या व जाभळ्या किरणानी मेंदूचा त्रास व ताप कमी होऊन स्वस्थ झोप लागते, म्हणून भितीस निळसर रग देणें चागले. अशक्त मुलाना पिवळा रग दिलेल्या खोलीत काही वेळ बसविल्याने त्याची तब्येत बरीच सुधारते, तसेच आजारी माणसास लाल रंगाच्या खोलीत बराच आराम वाटतो असे आढळून आले आहे.

लहान मुलाना अन्न सुरू करताना

लहान मुलाना प्रथमच अन्न सुरू करताना एकदम पातळ भात गिळायला देऊं नये असे नवीन शोधाअती डॉक्टरांनी ठरविले आहे. या मुलाना सुक्या पोळी-भाकरीचे तुकडे दिले म्हणजे ते चावून किंवा चघळून त्यात लाळ मिसळल्याशिवाय गिळता येत नाहीं व चावल्याशिवाय त्याच्या जबड्यांच्या हाडाची व दाताची नीट वाढ होत नाही, जेवणांत पातळ कालवणेहि देऊ नयेत, याचा अर्थ असा नव्हे की, मुलानी हेच खावे, नाही तर उपाशी राहावे. त्याना दूध, मध, अंडी वगैरेसारखे सत्त्वमय अन्न नियमित चालू ठेवावे.

डावखोरेपणा

एखादा मुलगा डावरा आहे की काय हे ओळखण्यासाठी त्याला स्क्रूचें झाकण असलेली बाटली उघडायला देतात. जगात मुलींपेक्षा मुलंच जास्त डावखोरी असतात असे आढळून आले आहे, व शाळेत ही डावरी मुलं इतर मुलाच्यापेक्षा अभ्यासाच्या व खेळण्याच्या बाबतीत जरा मागेच राहिलेली दिसून येतात. डावऱ्या मुलास उजव्या हाताने एखादी गोष्ट करण्यास लावू नका. जरबेने काहीं काळ ते मूल उजव्या हाताने साऱ्या गोष्टी करील, पण त्यानंतर एकदा का त्याने डाव्या हातानें काम केले की, त्याच्या उजव्या हाताचा काडीमात्रहि उपयोग होणार नाही. आपले हृदय

(५२) लग्नापूर्वी स्त्रीला आपल्या भवितव्याविषयी चिंता वाटते आणि लग्नानंतर पुरुषाला आपल्या भवितव्याबद्दल चिंता वाटू लागते.

डाव्या बाजूला ३/४ झुकलेल असत. डावी बाजू ही उजव्या बाजूपेक्षां जास्त भेद्य आहे. छातीच्या डाव्या बाजूला झालेली जखम ही तिच्या उजव्या बाजूला झालेल्या जखमेपेक्षा जास्त घातक असते. आपल्या मेंदूचा डावीकडील भाग शरीराच्या उजवीकडील भागावर सत्ता गाजवितो व उजवीकडील शरिराच्या डाव्या बाजूवर. एखादे वेळेस मेंदूचा उजवीकडील भाग जास्त कार्यक्षम झाल्यास साहजिकच डावीकडील भाग जास्त कार्यक्षम होऊं शकतो. डावखुरी मुल मोठी झाल्यावर इतर मुलापेक्षा जास्त लवकर शिकतात असे आढळून आले आहे.

पाण्यांतून हात बाहेर काढल्यास सुरकुत्या कां पडतात ?

आपल्या हातावर एका विशिष्ट पेशींचे आवरण असते. या पेशी पाणी शोषून घेऊन फुगतात व प्रसरण पावतात, त्यामुळे हातावर सुरकुत्या पडतात. या पेशी विशेषत: बोटाच्या टोकावर जास्त प्रमाणात असतात, त्याना ' मृतपेशी ' असे नाव आहे. सोड्याच्या अगर क्षाराच्या पाण्यामुळे ही पेशी फुगण्याची क्रिया जलद होते व त्यामुळे हातावर लवकर सुरकुत्या पडतात पुष्कळ वेळी हातावरची सालटी गेलेलीहि आपल्या पाहण्यात येते. मृतपेशींची सख्या जास्त होऊन हातावरील बोटाच्या अगर तळव्याच्या कातडीतून हया बाहेर पडतात. हातास कुठल्याहि प्रकारचा त्रास होत नाही.

स्त्री–पुरूषांच्या झोपेतील फरक

पुरूष उताणे किंवा कुशीवर झोपतात व बहुधा सरळ पाय ठेवतात, स्त्रिया मात्र झोपताना पाय पोटाशी घेऊन व शरीर गोलाकार करून झोपल्याचे आढळून येते झोपेत पुरुषापेक्षा बायका अधिक चळवळ करतात- पुरुषामध्ये घोरण्याचे प्रमाण अधिक आहे. स्त्रिया घोरताना क्वचितच् दृष्टीस पडतात. पुरुष उताणे निजल्याचे पुष्कळ वेळा आढळून येते, पण स्त्रिया क्वचितच् उताण्या निधालेल्या आढळतात. स्त्रियाना चटकन् झोप

(५३) आपल्यावर सोपवून दिलेले काम पार पाडण्यापेक्षां तें टाळण्याचें कामीच आपला मेंदू खर्ची घालणे माणूस अधिक पसंत करतो.

लागते व जाग्याही त्या चटकन् होऊ शकतात, पुरुषांच्या बाबतीत या दोन्ही गोष्टी उशिराच होतात.

स्त्री–पुरुषांच्या स्वप्नांतील फरक

पाच हजार स्वप्नाचे विश्लेषण करितां असे आढळून आले आहे कीं, पुरुषांना स्त्रियाविषयी जितकी स्वप्ने पडतात. त्याच्या दुप्पट स्त्रियाना पुरुषाविषयीं पडतात. पुरुषाना पडणारी बहुतेक स्वप्ने उच चढण्याविषयी असतात. (उदा० नोकरी-धंद्यात वर चढत असतानाची, पर्वताच्या अगर इमारतीच्या शिखरावर चढत असल्याची). स्त्री-पुरुषांच्या स्वप्नातील दुसरा फरक म्हणजे पुरुषाना स्वप्ने साध्या चित्रपटाप्रमाणें काळी-पाढरी दिसतात; तर स्त्रियाना ती बरीचशीं रगीत (टेक्नीकलर) दिसतात. रात्री पडलेले स्वप्न पुरुषाना जागेपणी विशेष आठवत नाही; स्त्रियाना स्वप्नातील बऱ्याचशा गोष्टीची आठवण जागेपणी देता येते.

डोक्यावरील केंस

डोक्यावर ¾ ते १¾ लाख इतके केस असतात (टक्कल न पडलेल्या माणसास) सगळचात पिंगट रगाचे केस अतीशय तलम (१/६०० इच व्यासाचे) असतात, तर सगळचात भरडे केस(१/२५० इच व्यासाचे) लाल रंगाचे असतात. केसाची वाढ वयोमान, शरीर-प्रकृति, वर्ण, आहार, हवामान इ. गोष्टीवर अवलंबून असते. केस कातरले असता विशेष जोराने वाढतात, असा समज चुकीचा आहे असे डॉ. पिन्सेस (अमेरिका) म्हणतात. केस विंचरताना आधी बाजूला सुरवात करून नतर माथ्यावरील भाग विंचरावा म्हणजे केस न गुन्तता लवकर मोकळे होतात. केस विंचरताना साधारण विरळ दातांची फणी वापरणेच श्रेयस्कर असते.

होर्मोन्स म्हणजे काय ?

ज्या ग्रंथी शरीराच्या निरनिराळ्या अवयवांची वाढ करून त्यांना पूर्णता आणतात अशा आतरिक स्रावमय ग्रथींना होर्मोन्स (Hormones)

(५४) लुच्च्या माणसाचा गौरव करायचा असेल तेव्हां त्याला मुत्सद्दी असें म्हणतात.

म्हणतात. या ग्रथीचा स्राव आपोआप रक्तात मिश्रित होत असतो. प्रमुख ६ ग्रथीची स्थाने पुढीलप्रमाणे होत.

१) मेदूच्या बुडाशी (Pitury Glands) स्मरण-शक्तिची तल्लखता, बुद्धिचा प्रखरपणा इत्यादि या ग्रथीवर अवलबून असतो.

२) मानेतील ग्रंथी (Thioryd & Parothioryd Glands) आवाजांत बदल होणे, कठ फुटणे इत्यादी गोष्टी या ग्रथीवर अवलबून असतात.

३) पोटातील ग्रंथी (Pancreatic Gland) शरीरपोषणाचें काय व्यवस्थित चालू ठेवणे, शरीराची झीज भरून काढणे इत्यादि गोष्टी या ग्रंथीच्या साहाय्याने चालतात.

४) मूत्रपिडातील ग्रथी (Adrenol Glands) शरीरांतील टाकाऊ पदार्थ पूर्णपणे बाहेर फेकणे व शरिरातील पाढऱ्या पेशीची वाढ करून त्याची बाह्य जतूशी झगडण्याची शक्ति वाढविणें.

५) पोटातील स्त्री-बीज ग्रंथी—स्त्री—बीजे निर्माण करणे.

६) वृषणातील पू-बीज ग्रथी (Endocrine Glands) तारुण्य सळसळणे, चेहऱ्यावर तजेला असणें, पु-बीजें निर्माण करणे हे या ग्रथीचें कार्य होय.

बालकाचें पहिलें वर्ष

१ ला महिना : २० तास झोपेत व स्तनपानांत. श्रवणशक्ति पूर्ण विकसित त्यामुळे आवाज झाल्यास मूल दचकते.

२ रा महिना : तोडाने आवाज करण्यास व हुंकार देण्यास सुरुवात, आवाज येईल तिकडे मूल तोड वळविते.

३ रा महिना : हातांत खेळणे दिल्यास घट्ट धरून ठवते, ओळखीच्या चेहऱ्याकडे पाहून मूल हसतें.

(५५) आजचें लोकमत = दीन-दुबळ्यांचें मत (कीं, ज्याला कोणी विचारीत नाहीं) + दुर्जनांचें मत (कीं, जें कुणाला विचारीत नाही) + विद्वानांचें मत (कीं, ज्यांत एकमेकांचा मेळच नाही).

४ था महिना : अधाराखेरिज मान धरून ठेवतां येईल. खाली ठेऊन निघून गेल्यास मूल रडू लागते.

५ वा महिना · समोर खेळणें धरल्यास हात पुढे करून पकडण्याचा प्रयत्न करते, मोठ्याने खदखदा हसणे.

६ वा महिना : मदतीशिवाय पालथे-उताणें होणें, हातातून खेळणे घेतल्यास भोकाड़ा पसरणे.

७ वा महिना : आधाराशिवाय बसता येणे, एका हातातील वस्तु दुसऱ्या हातात घेणे, भाज्या, फळे, मऊ भात आवडणें.

८ वा महिना : रागतां येणे, आपले आई-बाप व परकी माणसे यातील फरक ओळखणे.

९ वा महिना : कपातून दूध पिऊं लागेल. अगावरून तोडण्यास हरकत नाहीं. त्याच्याकडे दुर्लक्ष केल्यास ओरडेल, रडेल व रुसेलही.

१० वा महिना : एखाद दुसरा शब्द बोलता येऊं लागणे, हाताने कागद फाडणे, ठोकळ्यांची उतरंड पाडणे.

११ वा महिना : कशाला तरी धरून उभे राहण्याची खटपट करणे, पण पुन्हा खाली मात्र नीट बसतां न येणें. बिस्किटासारखे पदार्थ चावून खाणें.

१२ वा महिना : हात धरून ' चालचाल ' केलें तर पाऊल टाकू लागणे, हाताने ताटलीतील भात चिवडून खाणे.

वरील गोष्टी सर्वसाधारण मुलांच्या बाबतीत नेहमी दृष्टीस पडणाऱ्या अशा आहेत. मुलास मुद्दाम कोणचीही शिकवण शिकवण्याचा प्रयत्न करूं नये.

हें मनुष्यास शक्य आहे

(१) मनुष्य झोपेवाचून ११५ तास, पाण्याविना २२ दिवस व अन्नाशिवाय ७५ दिवस राहू शकेल; परंतु श्वासोच्छवासाशिवाय फक्त २० मिनिटेच राहू शकतो.

(५६) पत्नी २० वर्षाची असताना आकर्षक दिसते, ३० वर्षांची असतांना व्यवहारदक्ष असते अन् ४० वर्षाची झाली कीं हट्टी बनते.

(२) तो पाण्याखाली ६ मिनिटे २५ सेकंद राहूं शकतो.

(३) तो २४८° फॅ. उष्णतामानात व शून्य अशाखाली १०३° से. हवामानातही तो राहू शकतो.

(४) ७४ हजार फूट उचीवर तो ऑक्सीजनशिवाय राहतो, तर पाण्यात ५०० फूट खोल जाऊं शकतो.

(५) तो ५९ दिवसात ५६२५ मैल धाऊं शकतो, तसेच दररोज १६ मैल याप्रमाणे ५५ दिवसपर्यंत हातावर चालू शकतो.

(६) सतत १२० तास तो सायकलवर बसू शकतो.

(७) ३०८०० फूट उचीवरून पॅराच्युटने तो खाली उडी मारूं शकतो.

(८) खांबावर १० दिवस, १४ तास, ५४ मिनिटे तो आसन माडून बसू शकतो.

तपमानाचा शरीरावर परिणाम

आपल्या शरीराचे तपमान १२ अंशानी कमी झालें तर आपल्यावर अनिष्ट परिणाम खास होतो; म्हणजेच नेहमीचें ९८·४° फॅ. तपमान ८६·४° फॅ. झाले तर माणसाचा श्वासोच्छवास व रक्ताभिसरण या क्रिया मदावू लागतात, त्यामुळे शरीरास प्राणवायूचा पुरवठा कमी होऊन, माणसाला झोप येऊ लागते, त्याची शुद्ध हरपते व या झोपेचा निकाराने प्रतिकार न केल्यास कायमची झोप लागण्याचा सभव फार आहे साधारण ६८° फॅ. या शरीराच्या तपमानाला माणसाच्या शरीरातील सर्व क्रिया (Reflexes) बद पडू लागतात व मनुष्य मृतवत् होतो. काही माणसे आपल्या प्रकृतिमानाप्रमाणे याहीपेक्षा शरोराचे तपमान कमी असूनही जगू शकतात.

हाडांचा बळकटपणा

साधारणपणे माणसाच्या शरीरात २२२ लहानमोठी हाडे असतात. यांमधे पायाच्या नळीचे हाड सर्वात मजबूत असून ते हाड २६०० पौंडाचें वजन सहज सहन करूं शकते. २० बँडवाले ज्याच्यावर बसलेले आहेत

(५७) अतरी निर्मळ वाचेचा रसाळ । त्याचे गळां माळ असो नसो ।।

असा बँड स्टॅंड हे हाड आधारूं शकते. शरीर व माड्या याना जोडणारे जे कटिरबध (Pelvic Ligaments) असतात, ते १००० पौंडाचा भार सहज सहन करू शकतात. आपल्या शरीरातील साध्यात गुढघ्याचा सांधा सर्वांत मजबूत आहे. हाडे कठीण व टणक असतात ही समजूत चुकीची आहे, हाडे बरीच लवचिक असतात. माणसाची कवटी जोराने दाबली तर तिची रुंदी फुगण्यापूर्वी १० टक्क्यानी कमी होते. माणसामाणसात शरीरातील हाडाची सख्या कमी जास्त असू शकते.

शरीरांतील साखरेचें प्रमाण

निरोगी माणसाच्या शरीरात शे. ०·१० टक्के साखर असते. हे प्रमाण कमी झाले की, माणसाला अतिशय थकवा वाटू लागतो व जास्त होऊन शे. ० १९ टक्के झालें की, मनुष्यास मधुमेह होतो. शरीरातील साखरेचे प्रमाण समतोल राखण्याचे कार्य 'इन्स्युलिन' हे द्रव्य करीत असते. ह्या द्रव्याचे प्रमाण कमी झाले की, अन्नांतील शर्करेचे ज्वलन अपूर्ण होऊन लघवीवाटे शरीरपोषणास अत्यावश्यक असणारी साखर बाहेर फेकली जाते, अर्थात् अन्नातील शर्करेचे पूर्ण ज्वलन होणे अत्यावश्यक गोष्ट आहे.

मनुष्य झोपेत असतांना

प्रयोगाती असे आढळून आलें आहे की, झोपेत ऐकलेले विषय २० टक्के लवकर पाठ होतात. उशीत हेड-फोन ठेऊन शब्दमय सवाद, कविता वगैरे काही दिवस सतत ऐकविण्यात आल्यामुळे लवकर समजतात, असे सिद्ध झाले आहे. जाग न येईल अशा बेताने निजलेल्या माणसास उपदेशपर गोष्टी सागितल्यास जागेपणी त्या उपदेशाचा परिणाम आपल्याला पाहावयास मिळेल. लहान जाणत्या मुलांसही तो झोपेत असताना त्याच्या कानापाशी त्याला सुधारण्यासाठी जर काही बोलले तर जागेपणी त्याच्या वागण्यात खात्रीने सुधारणा झालेली आपल्याला दिसू शकेल.

---

(५८) मोठ्या समजल्या जाणाऱ्या बायका २ प्रकारच्या असतात; कांही थोड्या जणी मोठ्या बायका असतात आणि बाकीच्या बहुतेक 'मोठ्यांच्या बायका' असतात.

वृद्धांच्या अंगावर पडणाऱ्या सुरकुत्या

प्रसरण पावणे नि आकुंचन होणे हा शरीरांतील स्नायूचा मुख्य धर्म आहे. जीवनसत्त्वाचा (Vitamins) अभाव, अतिशय कष्टमय जीवन, प्रदीर्घ आजार यांमुळे स्नायू थकतात व कातडीचा लवचिकपणा नाहीसा होतो. अशारीतीने कातडीतील स्निग्ध पेशी नामशेष झाल्याने कातडीचा घट्टपणा नाहीसा होऊन कातडीला थलथलीतपणा येऊन ती लोंबू लागते. रबर जर सारखे ओढून सोडून देत गेले तर रबराचा स्थितिस्थापकपणा कमी होत जातो, तद्वतच बऱ्याच वर्षानंतर वृद्धांच्या कातडींतील स्निग्धता कमी होऊन कातडीला सुरकुत्या पडू लागतात.

चालावें कसें ?

चालताना छाती पुढे काढून व हाताना किंचित् हेलकावे मिळत राहतील अशा बेताने चालावे. दर मिनिटास आपलीं १२० पावले साधारणपणें पडत असतात. २ पावलामधील अंतर पुरुषाच्या बाबतीत २ फूट असते, तर स्त्रियाच्या बाबतीत ते बहुशः १।। फूटच असतें. दररोज १२ ते १८ मैल चालण्याची शक्ति प्रत्येक माणसांत असते. दररोज निदान १।।/२ तास तरी चालणे मनुष्यास आवश्यक आहे. ऑपरेशनची जखम भरून काढण्यास अथरूणात पडून राहण्याऐवजीं जमेल त्याप्रमाणे चालण्याचा व्यायाम घेतल्यास रुधिराभिसरण व श्वासोच्छ्वास याना उत्तेजन मिळून जखम लवकर भरून येते असे आढळून आलें आहे.

झोंप कशी लागते ?

झोप येण्याचे वेळी प्रथम शरीराचे स्नायू शिथिल होतात, नंतर ज्ञानेंद्रियें हळुहळू मंद होत जातात. ज्ञानेंद्रियांमधें प्रथम दृक्इंद्रिये निष्क्रिय होतात, नंतर घ्राणेंद्रिय व मागाहून श्रवणेंद्रिय याचीं कार्ये थांबतात व शेवटीं स्पर्शेंद्रियाला झोप येते. जागें होतांना वरील क्रमाच्या उलटचा क्रमाने माणसे जागी होतात. झोंपेत हृदयाचे ठोके मंदावतात, साधारणपणें ७०

(५९) चंद्राप्रमाणें शहाणा माणूस आपली तेजस्वी बाजूच जगाला दाखवित असतो.

ठोके पडायचे ते झोपेच्या ६ व्या तासाला ५६ वर येतात व शरीराचें तपमानही कमी होते.

चेहऱ्यावरील मुरुमांचें कारण

मनुष्याच्या चेहऱ्यावरील त्वचेखाली एक प्रकारच्या ग्रथीचें जाळे पसरलेले असते. जेव्हा लज्जेने, तारुण्याच्या धुंदीने अगर विषयाच्या आसक्तीने चेहरा गरम होतो तेव्हा या ग्रथीतून एकप्रकारचा पाढरटसर चिकट द्रव पदार्थ स्रवतो व त्याचा हवेशी सबध आल्यास तो काळा पडतो. रक्तवाहिन्याच्या वाटेत हा पदार्थ आल्यामुळे चेहऱ्यावरील कातडी फुगून चेहऱ्यावर मुरुमाचे फोड येतात. हे फोड फोडताच हवेने काळी झालेली 'बी' व आतील घट्ट झालेला द्रवपदार्थ, तर क्वचित् प्रसगी रक्तही बाहेर येते. हे फोड मुद्दाम फोडल्यास जरी लवकर बरे होत असले तरी चेहऱ्यावर त्याचा लहानसा व्रण अथवा डाग शिल्लक राहतो. साधारणपणें स्त्रियांत १५ ते २० व पुरुषात १८ ते २३ वर्षाच्या कालावधीत चेहऱ्यावर मुरुमाचे फोड दिसण्यात येतात. फोड येणें ही नैसर्गिक गोष्ट असली तरी त्याचे प्रमाण अगदी मर्यादित पाहिजे.

स्नायूची शक्ति

आपल्या शरीरांत ६३९ स्नायू असून स्नायूचा एक चौरस इंचाचा तुकडा ५६ ते १०० पौड वजन उचलू शकतो. वजन जास्त उचलता येणें बरेच वेळा सरावावरही अवलबून असते. सर्व स्नायूमधे तोडातील चर्वण करण्याचे स्नायू फार ताकदवान असतात. माणसाच्या वजनाच्या दुप्पट वजन उचलता येईल एवढा या स्नायूचा जोर असतो. आपल्या शरीरात छाती व पोट यामध्ये असलेल्या उदरपटल या स्नायूस सर्वात जास्त काम पडते; त्यामुळेच आपली श्वासोच्छ्वासाची क्रिया चालू राहते. साधारणपणें ७० वर्षाच्या आयुष्यात ½ महापद्म (Half billion) एवढया वेळा हा स्नायु प्रसरण व आकुंचन पावण्याची क्रिया करीत असतो.

---

(६०) माणसे दोन प्रकारची असतात, एक आज केलेलीं सत्कृत्ये उद्यां विसरून जाणारीं व दुसरी उद्यां कांही सत्कृत्ये करूं म्हणून कांहीच न करणारी.

आपली स्मरण-शक्ति

पुरुषापेक्षा स्त्रियाची स्मरणशक्ति जास्त असल्याचे आढळून आले आहे. साहचर्य हा स्मरणशक्तिचा पायाच आहे. एकएक ओळ १० वेळा वाचण्यापेक्षा सबध उताराच १० वेळा वाचल्याने तो जास्त चागल्याप्रकारे लक्षात राहू शकतो. पाठ करताना पाठ्य-विषयाची मध्यवर्ति कल्पना, त्यांतील हेतूचा क्रम व विचाराची माडणी इकडे लक्ष द्यावे. पाठातर एकच हप्त्यात न करिता अनेक हप्त्यात केल्यास अधिक लवकर ध्यानात राहते. सूत्ररूपाने पाठ्यविषय लक्षात ठेवणे ही पाठातराची सर्वात महत्त्वाची खुबी आहे. चांगली स्मरणशक्ति असणे ही पुष्कळाच्या बाबतीत जरी दैवी देणगी असली तरी प्रयत्नानी स्मरणशक्तिची वाढ करणे खात्रीने शक्य आहे. सर्वकष स्मरणशक्ति हे कुशाग्र बुद्धीचे लक्षण आहे असे मानण्यात येते.

जेवतांना घेण्याची काळजी

(१) हात, पाय, नाक, तोड स्वच्छ धुऊन जेवावयास बसावे.

(२) वस्त्रांतर करून जेवावयास बसावे, सोवळ्याने बसावें, म्हणजे स्वच्छ कपड्याने बसावे, असा अर्थ येथे अभिप्रेत आहे.

(३) घरी जेवावयास बोलविले तर प्रथम पाव्हण्याना सुरुवात करायला सागून मग आपण बसावे.

(४) जेवताना एकवार ' सावकाश जेवावें ' या म्हणण्यापलीकडे आग्रह करूं नये.

(५) जेवताना वरचेवर घासागणिक पाणी पिऊं नये. पाणी न पिणें उत्तमच.

(६) जेवण सुरू करताना आणि सपल्यावर परमेश्वराचे व अन्नदात्याचे स्मरण करावे.

(७) टाकण्याइतके अन्न कधीच पानात घेऊं नये.

(८) लोकाच्या घरी जेवण्यास गेल्यास पदार्थाचीं विनयाने स्तुति

(६१) तुमच्या अगांत धैर्य नाही हे कबूल करावयास लाजू नका, बाकीच्याना तेवढेही धैर्य नसते.

करावी. न आवडणारी गोष्ट मनात ठवावी. चर्येने अगर शब्दाने उघड करूं नये.

(९) जेवण होतांना आनदात व गप्पात सर्वांनी भाग घेऊन जवण करावे.

(१०) अन्नात केस दिसल्यास दुसऱ्याला न दिसू देता बाहेर काढून, तो उडू नये म्हणून त्यावर पाण्याचे थेब सोडावेत.

(११) जेवण झाल्यावर उठताना हातातील खरकटे इकडे तिकडे पडणार नाही अशी काळजी घ्यावी

(१२) पक्तिमधे आपण इतरासारखेच आहोत एवढें जाणून शांत चित्ताने जेवावे.

स्त्री--पुरुषांतील मूलभूत फरक

(१) स्त्रीची रग-दृष्टि बरोच प्रगल्भ झालेली असते. स्त्री बाजारांत गेली तर अमुक रगाचे, अमुक रगाच्या किनारीचे, अमुक रगाच्या पदराचें, अमुक रगाच्या प्रिंटचेच कापड तिला हवे असते. रगाधत्व (Colour Blindness) स्त्रियामधे बरेच कमी आढळते.

(२) लहान मुलात मुलापेक्षा मुलगीच लवकर बोलायला शिकते. २ वर्षाच्या मुलीला त्याच वयाच्या मुलापेक्षा अधिक बोलता येते. नेहमीच्या व्यवहारातही पुरुषापेक्षा स्त्रीच जास्त बोलत असते. स्त्रीच्या तोंडातून सतत बाहेर पडणारी शब्दगंगा अैकून अर्भकानी लवकर बोलावयास शिकावें अशी परमेश्वराची योजनाच दृष्टीस पडते. (अर्थात याला थोडे अपवाद असणारच).

(३) बुद्धिमत्तेत स्त्री-पुरुषांत फारसा फरक नाही असें आढळून आलें आहे. लहान असताना स्त्री जास्त बुद्धिमान असते तर मोठे झाल्यावर पुरुष जास्त बुद्धिवान झाल्याचें आढळते.

(४) स्त्रीचें शरीर पुरुषांच्या शरीरापेक्षां जास्त चिवट असते, त्यामुळे स्त्री-पुरुष या दोघाना होणाऱ्या समान रोगामधे स्त्रियापेक्षां पुरुषच अधिक

(६२) साऱ्या दुःखाचे खरे कारण जर कोणते असेल तर, आपण सुखी आहोंत का दुःखी आहोंत याची पंचाईत करीत बसण्याला मिळणारी सवड हेच होय.

मृत्युमुखी पडत असतात. बाळतपणाचा धोका स्त्रीच्या बाबतीत असूनही मृत्यूचे प्रमाण स्त्रियापेक्षा पुरुपातच अधिक असते.

(५) सर्वसाधारणपणे स्त्रीची आयुर्मर्यादा पुरुषांपेक्षा ५ वर्षानीं अधिक असते.

(६) बारिकसारिक रोग (डोकेदुखी, कसर, सर्दी इ.) स्त्रियाना दुप्पट प्रमाणात होतात. बायकाची दुखणीं सोडून दिली तर स्त्रिया पुरुषांपेक्षा १। पट अधिक वेळा आजारी पडतात. यातील बरीचशीं दुखणी (मनोदेहिक) Psycho somatic असतात.

(७) स्त्रीच्या शरिरात पुष्कळ चरबी असल्याने तिला कमी थडी वाजते. जेव्हा पु ष थडीने काकडत असतो, तेव्हा स्त्री गरम कपड्याशिवाय मजेत वावरते.

(८) स्त्रिया पुरुषापेक्षा अधिक भावनाप्रधान असतात, त्यामुळे तिच्या मनांतील वादळाचा परिणाम शरीरावर दिसून येतो.

(९) स्त्रीला पाहाटे लवकर जाग येते.

(१०) पुरुषाला बारिकसारिक कामे करण्याचा कटाळा असतो तो अंगमेहनतीची कामें करून मोकळा होईल. स्त्रिया बारिकसारिक कामेंच व्यवस्थितरित्या करूं शकतात.

हात आपोआप वर जाण्याचा प्रयोग

भितीशी काटकोन करून उभे राहावे, व भितीला उजव्या अगर डाव्या दंडाच्या योगाने दाबून तो हात वर उचलण्याचा प्रयत्न करावा. प्रथम हात खालीच असावेत, व शरीराचा भाग हातावर न देता केवळ हाताच्या दडाच्या स्नायूच्या योगानेच जास्तींत जास्त भार भितीवर देत राहवें; काही वेळानें हाताच्या पंजास मुग्या आल्यासारखे वाटेल, तरीसुद्धा असें दाबणे चालू ठेवावे, व नतर एकदम भितीपासून बाजूला सरून जो हात दाबला तिकडे नजर ठेवावी, हात आपोआप वर चढत चाललेला

(६३) कांही स्त्रिया आपल्या नवऱ्यांचें 'आदर्श नवरे' करण्याकरितां एवढी खटपट करतात कीं, त्या गडबडींत स्वतः 'आदर्श पत्नी' बनण्याचें मात्र त्या सपशेल विसरून जातात.

आपल्याला दिसेल व आपल्या हातावर आपला ताबा नसल्याचें आढळून येईल.

स्मरणशक्ति वाढविण्याचे पांच उपाय

(१) तुम्हाला ज्या गोष्टी लक्षात ठेवणें असेल त्या गोष्टी मनात पूर्णपणे ठसवाव्यात

(२) तुमच्या डोळयांसमोर असणाऱ्या गोष्टीशी त्याचे साहचर्य जमवा.

(३) पुन्हा पुन्हा त्याचे मनन व चिंतन करा.

(४) सूत्रवद्धतेत त्याचे रूपातर करून सूत्र मात्र नेहमी डोळयांखाली घाला.

(५) वरचेवर त्याचा व्यवहारांत कसा उपयोग करता येईल इकडे लक्ष द्या, म्हणजे नकळत त्या गोष्टीचे स्मरण तुम्हाला सहजपणे होऊ शकेल.

मनुष्याच्या दीर्घायुष्याचे कारण

मनुष्याची आयुर्मर्यादा त्याच्या सभोवतालच्या परिस्थितीवर, हवामानावर व उद्योग-व्यवसायावर अवलबून असते. दीर्घायुष्य हे अनुवशीक असते हें थोर्डे फार जरी खरें असले तरीपण विशिष्ट राहणीने व आचरणाने माणसास दीर्घायुषी होता येणे सहज शक्य आहे. जे स्त्री-पुरुप विवाहित आहेत, ज्याना दीर्घायुषी पूर्वज लाभले आहेत, जे लठ्ठ नसून सडपातळ आहेत, म्हणजेच त्याचे वजन समतोल आहे, जे आचरणानी आटोपशीर (Modrerate) आहेत ते सर्वसाधारण अधिक वर्षे जगू शकतात. शिक्षण, धदा व उद्योग याचाहि दीर्घायुष्याशी निकटचा संबध आहे. शहरापेक्षा खेड्यातील माणसे, पुरुषापेक्षा स्त्रिया, कमी शिकलेल्यापेक्षा जास्त शिकलेले, रोजदारीच्या मजुरापेक्षा नोकरी करणारे मध्यम वर्गीय, अविवाहितापेक्षा विवाहीत, विधुरापेक्षा विधवा याना अधिक आयुष्य लाभते, असा अनेक विमा कंपन्याचा अनुभव आहे. टापटीपीची साधी राहणी, नियमीत आहार, झोप व व्यायाम त्याचप्रमाणें विचारातील समतोलपणा (Balance) या सर्व गोष्टी मनुष्याचे आयुर्मान खात्रीने वाढवतात असा अनुभव आहे.

(६४) आयुष्याच्या लढाईत पुष्कळ वेळां नको असलेल्या अनेक तहावर माणसाला सही करावी लागते.

शरीरातील रक्तवाहिन्या

आपल्या शरीरातील रक्तवाहिन्याचो सख्या अक्षरश. अगणित आहे. आपली विणण्याची सुई असते, त्या आकाराच्या पोकळ नळीत १००० केशवाहिन्या सहज मावतील एवढया त्या सूक्ष्म असतात. डोक्यावरील केसापेक्षा त्या ५० पटीनी बारिक असतात. कमीत कमी लाबी १/५० इच असते. आपल्या शरीरात सर्व प्रकारच्या रक्तवाहिन्यातून साधारणपणे १० पिंट रक्त वाहत असते. या रक्तात २।। खर्व, ३२ महापद्म (३२ वर १२ टिंबे) इतक्या लाल पेशी असतात, लालपेशी हाडाच्या गाभ्यात तयार होतात व १० ते २० आठवडे इतके त्याचे आयुष्य असते. रक्तातील लालपेशी हेमो सायटोमिटरने मोजता येतात. एका केशनलिकेत थोडे रक्त घेऊन त्यांत रासायनिक द्रवपदाथ टाकून २०० पट पातळ करतात, आणि त्यातील एका थेबात किती पेशी आहेत हे बघतात. साधारणत ४० लाखापेक्षा कमी पेशी असल्यास ॲनिमिया आहे असें मानतात. श्वेतपेशी आपले शरीर आकुचन करून केशवाहिन्यातून बाहेर निसटून रोगाचे सूक्ष्म जंतू खाऊ शकतात.

तुमचे शरीर–गुणधर्म

तुम्ही चारचौघासारखे असला तर २४ तासात साधारणपणे १) तुमच्या हृदयाचे १०३६०८ ठोके पडतात, २) २३०४० वेळा तुम्ही श्वासोच्छ्वास करता, ३) ३ पौड अन्न तुम्हीं खाता, ४) ४८०० शब्द तुम्हीं उच्चारता, ५) तुमच्या ७५० प्रमुख स्नायूची हालचाल होते, ६) तुमचे केस ०·०१७१४ इचाने वाढतात, ७) तुम्ही झोपेत २५ ते ३५ वेळा कुशी बदलता ८) आणि न कळत बरेच वेळा खोटे बोलता आणि एवढया गोष्टी होत असूनही तिकडे तुमचे बिलकूल लक्ष असत नाही, हे विशेष होय

---

(६५) सेवा कितीही मोठी असली; परतु अहकार जर असला तर सेवेची किमत कमी होते, उलट अहकाराचा छेद शून्य असेल तर लहान सेवाही मोठी होऊं शकते.

झोप लागण्याकरिता

(१) खोलीत जरा अधार करावा. पटईवरून परतून आलेला दिव्याचा उजेड डोळ्यावर येऊं देऊं नये.
(२) उसे उच करावे, साधारणत. मान व खादा यामधे जेवढे अतर असतें तेवढ्या जाडीची उशी घ्यावी
(३) खरखरीत, गाठोळ्याची, अतिशय मऊ अगर झोळाची गादी नसावी.
(४) शातता असावी, पण 'खुट्' वाजले की, ऐकू येईल इतकी नमावी, कारण मग आपण वाजलेले ऐकू येण्याची वाटच पाहून राहतो.
(५) झोप येत नसल्यास डोळ्यावर थंड पाण्याची घडी ठेवावी, अगर निजण्यापूर्वी गरम पाण्याने स्नान करावे, टबबाथ घ्यावा अगर नुसते गरम पाण्यात १५।२० मिनिटे पाय बुडवून ठेवावेत.
(६) निजण्यापूर्वी २ तास हलके जेवण घ्यावें.
(७) प्रसन्न, मनमोकळ्या व थड वातावरणात चटकन् झोप लागते.
(८) झोपण्यापूर्वी कोमट दूध अगर कोको घेतल्यासही चागली झोप लागते.
(९) विचाराना काबूत ठेवण्यासाठी विचाराची मोट आपल्या गुरूच्या, देवाच्या किवा आवडत्या व्यक्तिच्या पायाशी बाधून ठेवावी, व त्या विचाराना तेथून हालू देऊ नये.
(१०) आपले आवडीचे पुस्तक, मग ते अध्यात्मिक असो, शास्त्रीय असो, रहस्य-कथेचे असो, गोष्टीचे असो किवा अभगाचे असो, त्यातील भाग नियमीत वाचल्यास खात्रीने झोप येते असा पुष्कळांचा अनुभव आहे.

मुलगा की मुलगी ओळखणे शक्य आहे कां ?

हे ओळखण्यास १०० टक्के खात्रीची कसोटी अजून सांपडली नाही, तरीपण गरोदर स्त्रीच्या ५ व्या महिन्यात तिच्या शरीरातील रक्तावरून बरेचसे बरोबर अदाज बाधले जातात. ब्रिटनमधें ९० टक्के बरोबर असणारी खालील कसोटी केली जाते. ६ महिन्याच्या पुढील गरोदर स्त्री लिटमस

कागदाचा एक तुकडा १५ सेकद जीभेवर ठेवते, नतर तो बाहेर काढून वाळल्यावर सीलबद नळीतून डॉक्टरकडे पाठवायचा. सूक्ष्मनिरिक्षणाअति तो कागद जर जाभळट--करड्या रंगाचा झाला तर मुलगा व कागदाचा मूळचाच रग फिक्कट होऊन राहिला तर मुलगी होणार असें समजले जाते. वात्स्यायनाच्या मताप्रमाणे गरोदरपणाच्या शेवटी शेवटी खालील चिन्हा-वरून मुलगा किवा मुलगी ओळखणे पुष्कळच बरोबर ठरते गरोदर स्त्रीस मुलगा होणे असल्यास १) तिचा उजवा डोळा मोठा होतो अगर लवतो, २) चालतांना तिचा उजवा पाय पुढे येतो, ३) उजवा स्तन मोठा होऊन त्यातून प्रथम दूध येऊं लागते, ४) पुल्लिगी पदार्थाचे डोहाळे होतात, पुल्लिगी फळे दिसणे, स्वप्नांत पाढरी कमळे दिसणे, ५) स्तनाची मडले जाभळटसर होणें, ६) अगकाती व मुख प्रसन्न असूनही स्त्रीचा चेहरा ओढल्यासारखा दिसणे. याच्या उलट चिन्हें मुलीची समजावीत. गर्भ राहिल्यापासून दुसऱ्या महिन्यात गर्भ वाटोळा व घट्ट लागतो तो पुरुषगर्भ समजावा. स्तन मोठे, मधे खोलगट व दोन्ही बाजूस उचललेले हे चिन्ह जुळे होणाऱ्या मुलाचें असते.

स्नान कसें करावें ?

ज्याला शक्य असेल त्याने थड पाण्यानेच स्नान करणे अगदीं उत्तम थड्या पाण्याने स्नान केल्यावर ज्याला हुडहुडी भरते अगर थडी वाजते त्याला स्नान (थड पाण्याचे) मोसत नाही असे समजावे व थड पाण्याने स्नान केल्यावर ज्याच्या अगात उबदारपणा निर्माण होऊन हुपारी वाटते त्यास थड पाण्याची आघोळ सोसते असे समजावे. अशक्त प्रकृतीच्या माण-सास अगास तेलाचे मालिश करून गरम पाण्याने स्नान करणे अतिशय फायद्याचें ठरते.

थड पाणी म्हणजे ७०° फॅ. पेक्षा कमी तपमानाचे, कोबट पाणी म्हणजे ७०° ते ८०° फॅ. तपमानाचे, गरम पाणी म्हणजे ८०° ते ९५ फॅ. तपमानाचें, कढत पाणी म्हणजे ९५° फॅ. च्यावर तपमान असलेले, अशी सर्वसाधारण

(६७) उच्चारावरून विद्वत्ता, आवाजावरून नम्रता व वर्तनावरून शील समजते.

विभागणी आहे. स्नान करताना सर्वांग खसखसून चोळणे आवश्यक आहे; त्याकरिता दगड अगर रबराचा खरारा वापरण्याची जरुरी नाही. आठवड्यातून एकदा शिकेकाईने आग घासणे (अघोळ करताना) सर्वात उत्तम. शिकेकाई वापरताना अगास प्रथम तेलाने मालिश करणे आवश्यक आहे. तीळ, खोबरे, उटणे वगैरेही ८–१५ दिवसातून एखाद वेळेस लावणे चागले.

हात व पाय

१००० पुरुषापैकी फक्त १६४ पुरुषाचे दोन्ही हात शक्तीने सारखे असतात १००० स्त्रियापैकी ४६९ स्त्रियाचा उजवा हात डाव्या हातापेक्षां बळकट असतो. तर १००० पुरुषापैकी ५९० पुरुषाचा उजवा हात अधिक बळकट असतो. दर १०० माणसात फक्त १० माणसाचे दोन्ही पाय सारख्या लाबीचे असतात शे ५० माणसाचा डावा पाय उजव्या पायापेक्षां किंचित् लाब असतो, तसे पाहता वरून आपल्याला काहीच समजून येत नाही स्त्री–पुरुषाच्या चालण्यात फरक असतो कारण स्त्रीच्या शरीराची घडण निराळी असते. स्त्रीचे कटीर (Pelvis) पुरुषाच्या कटिरापेक्षा रुद असते, तिच्या दोन्ही माड्यात पुष्कळ अतर असते, त्याच्या पायाची लाबी त्याच उचीच्या पुरुषाच्या पायाच्या लाबीपेक्षा कमी असते त्यामुळे पुष्कळ वेळा सारख्याच वयाचे स्त्री पुरुष शेजारी पाय सोडून वसले असता त्याचें धड (डोके) एका पातळीत असते आणि तरीसुद्धा उचीने पाहिल्यास पुरुष त्या स्त्रीपेक्षा बराच उच असतो. स्त्रीचे पाय, कबर व माड्याच्या विशिष्ट घडणीमुळे स्त्रिया चालू लागल्या की, त्याच्या पार्श्व–भागाला हेलकावे बसतात, तसेच एकेच ठिकाणी त्या बराच वेळ विनासायास बसू शकतात. पुरुषाला एकाच जागेवर बस म्हटले तर अवघडल्यासारखे वाटेल व सारखी चुळबुळ करू लागेल.

डोळ्याचे सौदर्य

डोळ्याचा आकार, पापण्या, त्या एकमेकाशी जो कोन करून मिळतात तो कोन व भुवया यावर डोळ्याचे सौदर्य अवलबून असते. या सर्व गोष्टीत प्रमाणबद्धतेची फार आवश्यकता आहे. दोन पापण्यातील अतर अधिक

असेल तर डोळे मोठे व टपोरे दिसतात, म्हणजेच सुदर दिसतात; पण हें अतर फार असेल तर डोळे वटारल्यासारखे दिसतात. पुरुषाचे डोळे अधिक गोल व स्त्रियाचे डोळे अधिक लाबट असतात पापण्याच्या नाकाजवळचा आणि बाहेरचा असे दोन्ही कोन एका सरळ रेषेत असतील तर डोळे सुदर दिसतात. बाहेरचा कोन वर गेला तर डोळे चिनी किवा मगोलियन-टाईप दिसतात. नेत्रगोलावर चरबीचे आवरण असते व त्या चरबीचा दाब नेत्र-गोलावर पडलेला असतो, ही चरबी कमी झाली की, पापण्या सुरकुतलेल्या दिसतात म्हणजेच वृद्धाच्या किवा आजारी माणसाच्या डोळ्याप्रमाणे थिजलेले डोळे वाटतात. भुवया सुस्पष्ट रेषेसारख्या असल्या पाहिजेत. पेन्सिलीने काढलेल्या रेषेप्रमाणे व वक्र अशा भुवया सुदर दिसतात. केसाळ भुवया चागल्या दिसत नाहीत; त्यामुळे चेहरा उग्र दिसतो व अशा भिवया एकमेकीना जोडलेल्या असल्या म्हणजे चेहऱ्याच्या उग्रतेत लबाडीची झाक मारते.

शरीरातील पेशी

आपले शरीर अनेक सूक्ष्म पेशीचे बनलेले आहे. त्यातील काही पेशी दररोज, दर मिनिटास, दर सेकदास मरतात व तितक्याच नवीन उत्पन्न होऊन मेलेल्याची जागा भरून काढतात, असे सतत चाललेले असल्याने आपले शरीर जसेच्या तसे राहते. पेशीचे उत्पादन कमी झाल्यास मनुष्य म्हातारा होऊं लागतो. हवामान, अनुवशिकता, वाट्यास आलेली परि-स्थिति व स्वभाव यावर पेशीचे कमीजास्त उत्पादन अवलबून असते.

चुबनाचा शास्त्रीय दृष्टीकोन

चुबन हे स्पर्शसुखासाठी घेतले जाते. प्रेम वात्सल्य व आदर हे तीन भाव चुबनाच्या आधारे दाखविले जातात. दोन भिन्नलिंगीय व्यक्ति ओठा-वर ओठ टेकवून आपल्या मनातील प्रेमभाव दर्शवितात. मोठी माणसें आपले ओठ लहान मुलाच्या गालावर टेकवून आपले वात्सल्य प्रकट कर-तात. तसेच पाश्चिमात्य देशात आदरणीय स्त्री--पुरुषाचे हात किवा भाल-

(६९) श्रद्धेच्या बळावर मनुष्य विशेष कार्य करू शकेल असें नाही; पण श्रद्धेवाचून त्याला काही करतां येणार नाही.

प्रदेश यावर आपले ओठ टेकवून त्याच्याविषयीच्या गाढ आदराची भावना प्रकट करण्यात येते.

आपल्या ओठातील ज्ञानतंतू अधिक सवेदनाक्षम असल्यानें भिन्नलिंगीय व्यक्तिना ओठावर ओठ टेकताच त्याच्या मनोविकाराना अपूर्व चेतना मिळते. नेहमीच मनुष्याच्या छातीचे ठोके ७२ पडत असतात. पण चुबनामुळे हे ठोके ९५ पर्यंत वाढू शकतात; त्यामुळेच वरचेवर दीर्घ चुबन घेण्यात आल्यास हृदयावर ताण पडून आयुष्य कमी होण्याची शक्यता असते, असे काही शास्त्रज्ञाचे म्हणणे आहे. स्त्रियाना चुबनाने पुरुषापेक्षा अधिक आनद व सुख लाभत असल्याचे आढळून आले आहे. चुबनाच्या समयी एका व्यक्तिच्या मुखांतून दुसऱ्या व्यक्तिच्या मुखात जाणारे शे. ९५ टक्के जतू निरुपद्रवी असतात असे आढळून आले आहे. चुबन घेताना माणसाच्या शरीरात रासायनिक व सेंद्रीय घटना एवढ्या वेगाने घडून येतात की, त्याचे डोके भिरभिरू लागते, मेंदूखालील ब्रह्मग्रथी (Pituitary Glands) चेतवली जाते, या ग्रथीतून स्रवणारा रस मूत्रस्थ पिडातील ग्रथीना (Aarenol Glands) चेतना देतो त्याबरोबर ही ग्रथी दुसऱ्या अनेक रसायनाना रक्त–प्रवाहात सोडून देते; आणि यानतर शरीरात विजेच्या वेगाने गोष्टी घडून येतात रक्ताचा दाब एकदम वाढतो, नाडी जलद घेऊ लागते, हृदय जोराने स्पदन करते, त्वचेतील रध्रे खुलीं होऊन घामाचे थेब बाहेर पडू लागतात. रक्तातील पाढऱ्या पेशी विरघळू लागतात. चुबनाचा आवेग 'ऑस्कलोमीटर' या यंत्राने मोजतां येतो. साधारणपणें तरुण माणसाच्या चुंबनाचा आवेग ९००० ओहम् इतका असतो प्रेमशून्य चुबन अगर बळजबरीने घेतलेले चुबन यापासून स्त्रीला कांहीही लाभ होत नसून उलट तिच्या मनात त्याबद्दल घृणा उत्पन्न होते. चुबन हे दोघाच्या भावनाना आलेला कढ आहे. "मरण सोसावे परि पहिले चुबन घ्यावे–" इति गडकरी.

उचकी का येते ?

पोट व छाती याच्या दरम्यान जो एक लवचिक पडदा असतो तो उत्तेजित झाल्याने आपल्याला उचकी लागते हा घुमटाकार पडदा किंवा स्नाय-

(७०) रात्री शात झोप येणे ही सहज घडणारी गोष्ट नाही, त्यासाठी सबध दिवस प्रामाणिकपणे कष्ट केले पाहिजेत.

मय अतर्पाट आपोआप आकसत असतो व ढिला पडत असतो. असा क्रम दर मिनिटास १८ वेळां चालत असतो. अन्तर्पाट आकसला जातो–म्हणजे सपाट होतो, यामुळे निर्माण झालेली छातीतील पोकळी भरून काढण्यास बाहेरील हवा छातीत घुसते, म्हणजेच आपण श्वास घेतो. हा अतर्पाट सैल झाला की, वर उचलला जातो व त्या सरशी हवा छातीबाहेर लोटली जाते, म्हणजेच आपण श्वास टाकतो. आतां कांही कारणाने भलत्याच वेळी अन्तर्पाट डिवचला गेला तर तो खपकन् आकसतो व बाहेरील हवा दणक्यानें आंत घुसू लागते आणि नेमक्या याचवेळी जर चुकून श्वासनलिकेवरील झाकण बद झाले तर ती हवा झांकणावरच गपकन् आदळते व ' उच्' असा आवाज निघतो हीच ती उचकी. इग्रजीत हिला 'हिक् कफ' असे म्हणतात. काही कारणामुळे, उदा०–पोटास तडस लागली असता किवा कढत, मसालेदार झणझणीत पदार्थ खाल्ल्यावर नसा चेतविल्या जातात व अप्रत्यक्षरीतीनें अंतर्पाटाला चिमटा घेतल्यासारखे होतें. पुष्कळ वेळा साधें अपचन, अगर पोटात वायू धरणे किवा अपेडीसायटीस, मधुमेह, प्ल्युरिसी, मूत्रपिड–दोष इत्यादीमुळेही उचकी वारंवार लागू शकते. कांही लोक तर उचकीमुळे अगदी हैराण होऊन जातात. अशावेळी ' क्लोरप्रोमॅझीन 'चें इंजेक्शन देऊन उचकी थाबविता येते. आपल्याकडे उचकी आल्यास कोणी आवडता माणूस आठवण काढतो आहे असे सागण्यात येते, पण त्यांत कांहींहिं तथ्य नाही एखाद वेळेस उचकी आल्यास तोड वर करून २।४ घोट पाणी प्यावे म्हणजे खात्रीने उचकी थाबू शकते. खालील उपायही करण्यात येतात. (१) पोट, कानावर (छातीच्या व पोटाच्या बेचकेंत) पलिस्तर लावणे, (२) कानाचें पाळे चिमटणें, (३) पोटावर आवळून बँडेज बाधणे, (४) सिगल–बारवर लोबकळणे, (५) थोडा खायचा सोडा पाण्याबरोबर घेणे, (६) कानात बोटे घालून पाणी पिणे. (७) जीभेच्या मागील बाजूवर मिठाची चिमटी ठेवणें (८) जीभ बाहेर खेचणें, (९) नाकात पिसाने गुदगुल्या करणे, (१०) छाती–गळ्यावर शेक-लपेटा करणें.

(७१) अनुभव हा मोठा विचित्र शिक्षक आहे, तो प्रथम परीक्षा घेतो व नतर शिकवितो, हेच त्याचे वैशिष्टय आहे.

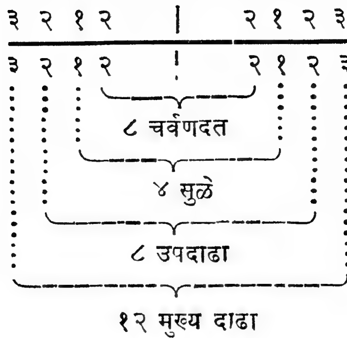
रक्त व लालपेशी

आपल्या अंगातील रक्तवाहिन्यातून फिरणारे रक्त नेहमीच सारखें नसतें; तर ते कमी जास्त होत असते. उभे राहिले असता रक्त कमी होते; कारण अधिक रक्तजल (रक्तातील पाण्याचा भाग) शरिरातील अवयवात जाते, त्याचप्रमाणे रक्तदाब झाल्यास रक्त कमी होते आणि रक्तदाब वाढल्यास रक्त वाढते साधारणपणे रक्तातील ४५ ते ५० टक्के भाग रक्तपेशी असून बाकीचा भाग रक्तजल असतो. रक्ताचा थेंब स्लाईडवर धरून सूक्ष्मदर्शक यंत्राखालीं धरल्यास (१) तांबड्या पेशी गोल दिसतात, (२) पांढऱ्यापेशी ओबड धोबड आकाराच्या दिसतात व (३) प्लेटिलेटस् सूक्ष्म ठिपक्याप्रमाणे भासतात. एका घन मिलिमिटरमधे (टाचणीच्या शेंड्याइतक्याजागेत) लालपेशी ५५ लाख; पांढऱ्यापेशी ९ हजार असतात मनुष्याच्या सर्व रक्तात मिळून (२५०००,०००,०००) रक्तपेशी असतात. समुद्रसपाटीवर राहणाऱ्या माणसापेक्षा १३ हजार फूट उंचीवर राहणाऱ्या माणसाच्या शरिरातील रक्तपेशींची संख्या दुप्पट असते असे आढळून आले आहे.

आपल्या दांताची रचना

शरिराच्या कातडीचे २ थर असतात. १) बाह्यत्वचा (Epidermis) व २) अंतर्त्वचा (Dermis). बाह्यत्वचेपासून नखे, केस, पिसे व शिंगे ही तयार होतात, व अंर्तत्वेचेपासून दात तयार होतात. हिरड्या म्हणजे अंतर्त्वचेचेच रूपांतर होय. सांगितले तर आश्चर्य वाटेल, पण गेंड्याच्या नाकावरील शिंग हे एक प्रकारच्या केसाचेच रूपांतर होय. मनुष्यप्राण्यात वर १६ व खाली १६ असे बत्तीस दात असतात, त्याची रचना खालील प्रमाणे असते .

(७२) जो स्वत:स जगांत कनिष्ठ समजतो, त्यालाच जग श्रेष्ठ पुरुष म्हणून ओळखते.



पुढे दिसणारे खालील ४ व वरील ४ मिळून ८ हे छेदक अथवा चर्वण-दंत (Incisors) होत. नतरचे खालचे २ व वरचे २ मिळून ४ हे सुळे होत (Caninc) त्यानतर खालच्या ८ व वरच्या ४ मिळून ८ उपदाढा होत (Bicuspids) व शेवटच्या १२ दाढा या मुख्य दाढा (Molars) होत. दुधाचे दात २० असतात, त्यामधे मुख्य दाढा नसतात.

घ्राणेंद्रियाचें कार्य

आपण शहराबाहेर असलो तर प्रत्येक श्वासाबरोबर १२॥ कोटी धूलिकण नाकात घेतो, शहरात तर ही सख्या अधिकच भरते. माणसाने एखाद्या खोलीत जर चिरुट ओढला तर चिरुट सपल्यावर ती खोली ४ खर्व कोळशाच्या कणानी भरून जाते. आपल्या श्वासोच्छ्वासातून आत शिरूं पाहणाऱ्या या धूलिकणाच्या प्रचड सख्येशी मुकाबला करण्यास आपल्या नाकातील केस कारणीभूत होत असतात. या रीतीतें माणसाचें नाक त्याच्या आयुष्यात ४५ पौड धूळ आडवून नतर ती बाहेर फेकून देते. पि ाच्या गिरण्या, कापडाच्या गिरण्या, खाणी ह्यामधून काम करणाऱ्या कामगाराची नाके तर १०० पौड धूळ आडवून ती फेकून देण्याचे कार्य अविरत करीत असतात.

(७३) माणसाला एकाच गोष्टीने निश्चित जिकता येते, सत्तेनें नव्हे, संपत्तिने नव्हे, तर सेवेनेच.

स्नायूच्या हालचाली

आपण रोज सरासरी २० हजार पावले चालतो, या हिशोबाने ५० वर्षाच्या आयुष्यात आपण १/२ महापद्म पावले (५ वर ३१ पूज्ये) चालतों. एवढ्या पावलात पृथ्वीला ६ प्रदक्षिणा घालता येतील; केवढ हें स्नायूचें सथ कार्य ! प्राणायामाने उदरपटल या स्नायूवर (छाती व पोट यामधील) ताबा मिळवून व त्याची क्रिया बद ठेऊन सरावाने माणूस पाण्याखालीं ४॥ मिनिटे देखील राहूं शकतो. व्हायोलिन–वादक एका सेकदाला हातातील स्नायूच्या १० हालचाली करतो, तर बोलण्याकरिता लागणाऱ्या स्नायूची हालचाल मनुष्य सेकदास ३५ या प्रमाणे करीत असतो. माशीच्या पखाची हालचाल सेकदास ६३० इतकी असते व हे हालचालीचे सर्व कार्य स्नायू-कडूनच मुख्यत. घडून येते

शरीरातील पाचकरसाचे सामर्थ्य

साध्या कोंबडीच्या अड्यातील प्रोटिन्स प्रयोगशाळेत विरघळविण्यास त्यात प्रथम नेहमीच्या दसपटीने तीव्र असे एखादे ॲसिड मिश्रीत करून तें मिश्रण जेव्हा २० तास सारखे उकळत ठेवावें तेव्हा कुठे ते प्रथिन (प्रोटिन्स) पचते, म्हणजे विरघळून जाते, परतु शरीरात अवघ्या २–३ तासाच्या अवधीत व शरीराच्या नेहमीच्या तपमानाला ते पचून जाते. ही किमया शरीरातील 'पेप्सीन' नावाचे जीवन--रसायन बीनबोभाट करीत असते. असे आढळून आले आहे की, कोंबडीला सध्याची पावली जर गिळा-यला दिली व १५।२० मिनिटाने कोंबडीस कापले तर ती पावली केव्हाच विरघळून गेलेली दिसेल, एवढे तीव्र रसायन ती कोंबडी निर्माण करूं शकते हे विशेष होय

मानेने होकार व नकार देणे

आपण 'हवें' असे उत्तर देतांना वरखाली मान करतो व 'नको' असें उत्तर देताना आडवी मान फिरवितो. शास्त्रज्ञाच्या मते माणसाची पशु-कोटीतील शिल्लक राहिलेली ही एक संवय आहे. वासराला दूध प्यायचे

(७४) साबणच वर्षानुवर्षे अघोळ न करतां राहू लागला तर त्याला पाणी काय करणार !

असले म्हणजे वरखाली मान करून पिते आणि त्याला नको असले म्हणजे नुसती इकडून तिकडे गाईच्या स्तनापासून दूध न पिता मान वळविते, निरनिराळ्या खुणा करण्याकरिता हाताच्या बोटाचाही आपण किती तरी वेळां उपयोग करून घेत असतो.



(७५) श्रीमंत बाईची समाजसेवा, वेश्येचे प्रेम व पावडरीचें गोरेंपण या गोष्टी अल्पकाल टिकणाऱ्या असतात.

कावळ्यासारखी काकदृष्टि येण्यास

कावळ्याचे अडे फोडून त्यात एक फडके भिजवून ते वाळवावे. वाळल्यावर ते पेटवून त्याच्या ज्योतीवर काजळ धरावे. लहान मुलाच्या डोळ्यात हे काजळ घातल्याने डोळ्याची दृष्टि चागलीच सुधारते. तसेच तळावलेल्या डोळ्यावर, पाणीदार व काळेभोर डोळे होण्यास हे काजळ फारच गुणकारी आहे, असा पुष्कळाचा अनुभव आहे.

चेहरा टवटवीत करण्यास

दिवसभराच्या श्रमाने थकून गेल्यास अगर दमलेल्या चेहऱ्याने समारभास वगैरे जाणे असल्यास बर्फाचा लहान तुकडा घेऊन रुमालात धरून चेहऱ्यावर सगळीकडे चोळा. थोड्या वेळातच चेहऱ्याच्या त्वचेखालील रक्तप्रवाह उत्तेजीत होईल व रक्त सर्वकडे खेळल्याने त्वचा टवटवीत होऊन १–२ तास सहज टिकून राहील. बर्फ न मिळाल्यास माठातले थड पाणी चेहऱ्यावर शिपकावे व चेहरा स्वच्छ पुसून काढावा. त्वचेत सजीवपणा येऊन हुषारी वाटते.

अतिशय थकवा आल्यास

यावर अतिशय सोपा उपाय म्हणजे साखरपाणी घेणें. शारीरिक झीज भरून काढण्यास साखरेसारखी उपयोगी वस्तु नाहीं. पित्ताशयाच्या विकारावर, मानसिक धक्का बसलेल्या माणसाना, प्रसूतिनतर येणाऱ्या थकव्यावर, गर्भवती स्त्रियाना होणाऱ्या वात्या यावर साखर फारच गुणकरी आहे. जरूर उपयोग करून पहावा.

(७६) काय लिहावें यापेक्षां काय लिहू नये हें ज्याला समजते तोच खरा लेखक होय.

लिपस्टिकच्याऐवजी

तांबडे ओठ होण्यास लिपस्टिकच्याऐवजी आक्रोडाच्या झाडाच्या सालीचा एक बोटभर तुकडा घेऊन तो रात्री पाण्यात भिजत घालावा, सकाळी तो चावून ओठाना चोळावा, त्यामुळे दात स्वच्छ होऊन ओठ लाल होतात. पजाबात या सालीस "ददासा" म्हणतात. काहीना ओठावरून सारखी जीभ फिरविण्याची वाईट सवय असते. अशाने ओठ लाल तर होत नाहीतच उलट ते खरखरीत होऊन काळसर बनतात. नैसर्गिक लाल ओठ असणे हे उत्तम तब्येतीचे लक्षण आहे

स्त्रियांच्या ओठावरील लव घालविण्यास

निसर्गनियमाप्रमाणे पुरुषाच्या बाबतीत ओठावरील लवेचे दाट व काळचा केसात (मिशात) रूपातर होते; परतु स्त्रियाच्या बाबतीत काही शारीरिक विकृतिमुळे, अनुवशीक कारणाने, ग्रथीचा काही कारणाने क्षोभ झाल्यास ही लव प्रौढ वयात तशीच राहून विद्रुप दिसते व सादर्यहानी होते. यावर केशनाशक साबु फारच अपायकारक होय चिमटचाने डॉक्टराच्या साहाय्याने हे केस उपटणे शक्य आहे, परनु काहीच्या बाबतीत ही केसाची वाढ उलट जोरात सुरू होते. यासाठीं उत्तम उपाय म्हणजे केसाना वर्णहीन करणे. गोऱ्या वर्णाला काळे केस विशोभीत दिसतात, ते रंगहीन झाल्याने मुळी दिसूनच येत नाहीत विशेष.

हैड्रोजन पॅरॉक्साईड (६ टक्के द्राव).........२ चमचे.
लिकर अमोनिया...................... . २--३ थेब.

वरील दोन्ही द्राव एकत्र करून त्यात एक स्वच्छ फडके बुडवून तो द्राव ८।१० वेळा ओठावरील केसाना लावावा म्हणजे केस वर्णहीन होतात. एकावेळी झाले नाहीत तर काही दिवसाच्या अतराने पुन्हा लावावे. त्वचेचा रंग पाढरा होत आहे असे वाटल्यास लिबाचा रस घेऊन त्या जागीं लाऊन पाण्याने तो भाग धुऊन काढावा. पायावरील केसासाठी हैड्रोजन पॅरॉक्सा-

(७७) दाता गरीब असला तरच त्याला दानातले खरे सुख कळते.

ईडचा १० टक्के द्राव वापरावा. अशारीतीने केसांना वर्णहीन करून चेहऱ्याची विद्रुपता पुष्कळच कमी करता येते.

दृष्टि सुधारण्यास

रोज सकाळी व रात्री झोपण्यापूर्वी थंड पाण्याने डोळे धुवावे. Eye glass किंवा लहानसे भांडे अगर वाटी घेऊन ते थंड पाण्याने ओघळून जाईपर्यंत भरावे व मग त्या पाण्यात एक एक डोळा बुडवून डोळ्याची उघडझाप करावी; अशा रीतीने दोन्ही डोळे धुवावेत. पाण्याऐवजी शे. ४ टक्के बोरिक ॲसिडचा द्राव वापरल्यास चांगले; अथवा स्वच्छ पांढरे मीठ खाण्याचा सोडा, बोरॅक्स व ग्लिसरीन प्रत्येकी १ भाग घेऊन त्यात सुमारें ३०० भाग डिस्टील वॉटर (वाफेचे पाणी) घालून त्याचे द्रावण करून ठेवावें व रोज थोडे थोडे वापरावे. डोळ्यांना पुरी विश्रांति देण्यास मधुन मधुन हाताच्या दोन्ही तळव्यांनी डोळे झाकावेत. या क्रियेने दृष्टीवरील ताण कमी होऊन तिला चांगली विश्रांति मिळते.

केस गळणे–टक्कल पडणे–केस काळे करणें

केस गळण्यावर अगर टक्कल पडल्यास मधामधे गुंजेचे पीठ खलून त्याचा डोक्यावर लेप करावा; किंवा हस्तिदंत जाळून चांगला कुटावा व त्याचा मधातून लेप करावा.

जेपाळाचे बी व साबराचे शिंग (घट्ट उगाळून घेणे) यामधे तिळाचे तेल घालून उकळावें व दररोज लावावे, केस गळणे खात्रीने थांबते, तसेच पिंगट रंगाचे केसही खात्रीने काळे होतात.

गाईच्या दुधात तिळाचे फूल व गोखरू वाटून केसांना ७ दिवस लेप दिल्यास केस गळण्याचे थांबून वाढूही शकतात. लिंबाचें तेल ४० मासे रोज पिईल व असे महिनाभर केल्यास केस हळुहळू काळे होतात असा अनुभव आहे.

चेहऱ्यावरचे मुरुम, पुटकुळ्या व डाग नाहीसे करण्यास

(१) रात्री दूध व लिंबाचा रस किंवा दूध व हळद चेहऱ्यास नीट

(७८) नियम अगदी थोडा असावा, पण तो प्राणापलिकडे जपावा.

चोळून निजावे. सकाळी उठल्याबरोबर थड पाण्याने व सावणाने चेहरा स्वच्छ धुवावा. हळदीमुळे पिवळे डाग पडण्याचा सभव असल्याने कपड्याना जपावे.

(२) वेखड, साबराचे शिग व धने वाटून त्यांचा ३ दिवस मुखास लेप दिल्यास तोडावरच्या पुळ्या नाहीशा होतात.

(३) साबरीच्या काट्याचे पीठ करून दुधांत कालवून मुखावर लेप द्यावा.

(४)अड्याचा पिवळा बलक घेऊन त्यात थोडे बदामाचे तेल व लिबाचा थोडासा रस घालावा. हे मिश्रण खूप ढवळून एकजीव केल्यावर गरम पाण्याने तोड पुसून काढून वरील मिश्रणाचा १५।२० मिनिटे चेहऱ्यावर लेप द्यावा. नतर कोबट पाण्याने लेप काढून चेहरा थड पाण्याने स्वच्छ धुवावा.

(५) तीळ, जिरे, शहाजिरे व शिरस दुधात वाटून मुखास ७ दिवस लेप करावा सकाळीं चेहरा स्वच्छ धुऊन काढावा.

घरगुती सौन्दर्य-प्रसाधनें

(१) चेहऱ्यावरील त्वचा नितळ व तकतकीत राखण्यास, तसेच चेहऱ्यावरील डाग घालविण्यास दही किंवा दूध यात लिबाचा रस टाकून ते चेहऱ्यावर मुरेपर्यन्त चोळावे व त्यानतर थड पाण्याने धुऊन टाकावे.

(२) शरिराची त्वचा मऊ व तुकतुकीत राहण्यास आठवड्यातून एकदा तिळाच्या किवा ऑलिव्ह तेलाने सर्वांगास मालिश करावे अर्धा तास तेल त्वचेत जिरल्यावर गरम पाण्यानें स्नान करावे. जसजसे तेल अगात जिरते तसतसे त्वचेतील मृतपेशी मोकळ्या होतात व स्नान करताना निघून जातात.

(३) मोठेपणी अगावर फारशी लव दिसू नये म्हणून लहानपणीच हळदीचा लेप चोळण्याचा नियम ठेवावा. कपड्याची मात्र काळजी घ्यावी.

(४) डोळ्यांना तजेला आणण्यास तसेच डोळ्याच्या लालीवर काकडीच्या गोल पातळ फोडी करून दोन्ही डोळ्यावर ठेऊन १५ मिनिटें स्वस्थ पडून राहावे.

(७९) आधी आपण चुकतों नि मग जग चुकतें.

(५) उन्हाळयात येणाऱ्या घामोळयावर चदनाचे गध उगाळून लावावे त्यामुळे फार फायदा होतो.

प्राणी राग कसे दर्शवितात ?

कुत्रा शेपूट हालवून आनद दर्शवितो तर माजर तशीच शेपटी हालव लागले की, सतापले आहे असे समजावे. माजरे व कुत्री भय वाटले म्हणज मागल्या पायात शेपूट घालतात गाई, बैल वगैरे आपले शेपूट पाठीच्य कण्याच्या किंचित् वर उचलून राग दर्शवितात, हत्ती आपले शेपूट अगाव आपटून व कान हालवून राग दर्शवितो, तर घोडा रागावला म्हणजे कान ताठ करून मागे कलते करतो. पक्षी रागावला म्हणजे शेपूट पसरतो आणि आनदला म्हणजे उभारतो. देवमासे पाण्यावर शेपटीचे तडाखे हाणू राग दर्शवितात.

गर्दभराजाची बुद्धिमत्ता

गाढव ज्या ठिकाणी एकदा ठेचाळून पडले अगर घसरले असेल त्य ठिकाणी ते पुन्हा कधीही जाणार नाही. गाढव लोळले तर कोरडी जाग पाहून लोळेल. दमट, ओलसर, चिखल असलेल्या जागेत कधीही लोळणा नाही. गाढव अस्वच्छ व गढूळ पाणी कधीही पीत नाही. गाढव आपल्य धन्याला दुरून वासावरून ओळखते. गाढवाची स्मरणशक्ति फार विलक्ष असते. एकदा चाललेला रस्ता ते कधीही सहसा विसरत नाही. गाढवाचं दृष्टि फार तल्लख असते व घ्राणेद्रिय व कर्णेदिये ही तीक्ष्ण असतात धन्याने कसेही वागविले तरी धन्याला खर्चात न टाकता ते धन्यावर प्रेम करत असते खरच त्या प्राण्याचे नाव गाढव असे पडले म्हणून तर नाहं माणूस या प्राण्याच्या नावाचा व्याजोक्तिने उपयोग करीत ? लंबकर्ण ह गाढवाचा दोष नाही, मग गाढवासारख्या गरीब व मेहनती प्राण्याव माणसाने का बरे वृथा नाक मुरडावे ?

धन्य ती गोगलगाय !

गोगलगाईच्या अडयाची जीवनशक्ति इतकी विलक्षण आहे की, भट्टी

(८०) पुष्कळ पैसे मिळणे हे भाग्य नसून समाधान ही खरं भगवताची देणगी आहे.

घालून ती जळत जळत दिसतात न दिसतात इतकी बारिक झाली तरी-सुद्धा थंड पाण्यात टाकली की, ती पुन्हा जशीच्या तशी होतात, व पिल्ले सुरक्षित बाहेर येतात; जणू त्याना काहीच धक्का लागलेला नाही. थंडीत-सुद्धा त्याचेवर काहीच परिणाम होत नाही बर्फात ठेऊन गोठू दिलीं तरी-सुद्धा बर्फ वितळल्यावर ती जशीच्या तशी कायम असतात. खरोखरच अशा अंड्याना जन्म देणारी गोगलगाय धन्यच होय!

महासागरातील मासे

३०००० फुटापेक्षाही जास्त खोल असणाऱ्या पॅसिफिक महासागरात पहिले २०० फूट जाणारे सूर्याचे किरण सोडून दिल्यास उरलेल्या २८८०० फुटात अत्यंत दाट काळोखाचें साम्राज्य चालू असते. तरीसुद्धा कांही माशाच्या अंगातून अनेक सूक्ष्म जंतूच्या पृष्ठभागावरून व पाण्यांतील कित्येक वनस्पतीमधून शांत, मंद हिरवा प्रकाश सतत उत्सर्जित होत असतो. पॅसिफिक महासागराच्या मध्यभागी सहारासारखे मोठे वाळवंट आहे तर कॅलिफोर्नियाच्या किनाऱ्यास लागून आफ्रिकेच्या जंगलासारखे घनघोर आरण्य आहे. या जंगलात असंख्य जातीचे प्राणी, सर्प व मासे सापडतात. प्रत्येक जातीच्या प्राण्याचे महासागरच्या एका ठराविक पातळीवर वास्तव्य असते. त्याच्या बाहेर गेल्यास त्याना समुद्रातील पाण्याचा दाब असह्य होऊन ते गतप्राण होतात. पाण्याच्या एका विशिष्ठ पातळीतून दुसऱ्या पातळीत त्या प्राण्यांना जाता येत नाही, मात्र जेव्हा एखादा प्राणी, सर्प अगर मासा मरतो तेव्हां वरच्या पातळीतून खालच्या पातळीत तें मढे जाते व खालच्या पातळीवरील प्राण्याचे ते मढे एक प्रमुख खाद्य बनून जाते. अशारीतीने महासागरातील प्राण्याचा चरितार्थ चालतो.

समुद्रांतील अन्न

आज एकूण होणाऱ्या मच्छिमारीत १/५ मासे हे गोड्या पाण्यांतले असतात. जगाचा ३/४ भाग समुद्रानें व्यापला असून जमिनोपेक्षा त्यांत प्रचंड अन्नसामुग्री आहे. सागरी-माशांचे १६००० ज्ञात अस प्रकार आहेत;

(८१) विद्वान् व श्रीमंत या दोघांनी जगाला फसविले आहे.

परंतु त्यातील २०० प्रकाराचाच आपण उपयोग करून घेत आहोत. दरसाल २ कोटी, ५० लक्ष टन मासे मानवी आहाराकरिता पकडले जातात, तरी-पण तेवढे मासे जगातील निम्या रहिवाशानाही पुरेसे होत नाहीत. १ एकर शेतातील उत्पन्नापेक्षा १ एकर तलावात खात्रीने जास्त प्राप्ति मिळू शकते

पर्जन्यसूचक प्राणी

पाऊस पडू लागण्याच्या आधी १) मुंग्याची रांग तोंडात साठविलेले अन्न व अंडी घेऊन दुसऱ्या घरी बिऱ्हाड नेताना दृष्टीस पडतात २) मुंग्यांना (विशेषत: मुंग्याच्या राणीस) पंख फुटतात ३) चिमण्या आपली अंगे मातीत खुपसून खेळू लागतात. ४) सरड्याचा रंग बदलतो. ५) मोर नाचू लागतात. ६) पाकोळ्या आपले पंख पसरून गवतावर बसतात, त्यांचें परिभ्रमण सुरू होऊन क्वचितप्रसंगी त्यांच्या पंखाचा स्पर्श माणसासही होतो. ७) रातकिडे कर्कशपणे ओरडतात ८) पक्षांना वातावरणात उडण्यास कष्ट पडतात म्हणून आकाशात उंच उडणारे पक्षी वृक्षाचा आसरा घेऊन गप्प बसून राहतात. ९) समुद्रावरील पक्षी किनाऱ्यावरील वाळूत बसतात. १०) विहिरी अगर तलावाच्या आसपास 'चतूर' घिरट्या घाल-ताना दिसतात

कीटक आवाज कसे काढतात !

कीटक जे आवाज काढतात अगर त्यांचे जे गायन होते असे आपण म्हणतो, त्यापैकी बऱ्याच जणांच्या बाबतीत त्यांच्या शरीरावरील बाह्य आवरण हें प्रमुख कारण असते. बहुधा पंखाचे साहाय्य घेऊन किडे आवाज काढतात. साध्या मधमाशीची हालचाल सेकंदास २६५ वेळा होते. या जलद हालचालीमुळे हवा ढकलली जाऊन ध्वनि निर्माण होतो. रातकिडे पंख एकमेकावर घासून 'किर्र' असा आवाज काढतात. आवाज करणाऱ्या किड्यामध्ये फक्त नरच आवाज काढतात. प्रत्येक किड्याच्या पंखांचे आकार वेगवेगळे असल्याने त्यांच्या आवाजातही फरक पडतो.

(८२) मीपणाने करणे याचे नाव प्रपंच व राम कर्ता म्हणून करणे हा परमार्थ.

कुत्री बसण्यापूर्वी गोलगोल कां फिरतात ?

बसताना 'गोलगोल' फिरून बसणे हा कुत्र्यास पूर्वजापासून मिळालेला वारसा आहे. पूर्वी जगलात राहणारी कुत्री विश्रांतिच्या वेळीं जमोनीवर पडून राहण्याकरिता जमिनीवरील पालापाचोळा, काटेकुटक्या पायाने दाबून व सारख्या करून शैय्या तयार करीत असत व निजण्यास ती तयार केलेली शैय्या पूर्णपणे योग्य आहे अशी ३-४ वेळां भोवताली फिरून खात्री झाल्यावरच मग तो शय्येवर पडून राहत असे. ही खोड त्याच्यात अजून कायम आहे, एवढेच नव्हे तर गोलगोल फिरताना तो जमिनीकडेही पाहात (म्हणजे खाली पाहात) असतो.

कांसव (दगडाचें) देवळांत कां दृष्टीस पडतें !

मदिरात मूर्तीच्या समोरील जागेत कासवाची प्रतिमा दगडाच्या स्वरुपात आपल्याला दृष्टीस पडते याच्या बुडाशी कासवाचें स्वभाव-वैशिष्ठ्य हेच कारणीभूत आहे. कासव आपल्या पिल्लाचा साभाळ त्याच्याकडे प्रेमानें पाहून करते, त्याना अगावरील दूध अगर खाद्य घालून करीत नाहीं, यावरून देव भक्तावर प्रेमदृष्टि ठेऊन सभाळ करतो असे सूचीत करणे; त्याचप्रमाणे, कासव जसे आपले अवयव आखडून घेते त्याप्रमाणे विषयापासून मनुष्याने आपली इद्रिये आखडून घ्यावीत, असे कासवाच्या प्रतिमेवरून सूचित करणे बाळक जाणोनि मातेसि तिचे मन तयापासि। तसा देव हा दयाळ, करि भक्ताचा सभाळ ।। मत्स्य आठविता पाळी, कूर्म दृष्टीने संभाळी। रामी रामदास म्हणे, मायाजाळाची लक्षणे। यदा संहरते चायं कूर्मोऽङ्गानीव सर्वश । इंद्रियाणींद्रियार्थेभ्यस्तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ।।

वटवाघळांना कसें दिसते !

वटवाघळाचे डोळे काढून त्याना बदिस्त खोलींत ठेऊन त्या खोलीत छताला जोडून ,काही लोखडी खाब उभे केले, परतु आश्चर्याची गोष्ट ही कीं, त्या अडथळ्याना चुकवून ती वटवाघळे उडत राहिलीं. यावरून

(८३) ग्रहाचा परिणाम देहावर घडेल, पण तो मनावर घडूं देणं न देणं आपल्या हाती आहे.

प्रो. हार्ट्रीज यानी असा सिद्धात माडला की, वटवाघळे उडत असताना एक प्रकारचा विशिष्ठ आवाज काढतात, त्याच्या आजूबाजूस आडथळे असल्यास त्या आवाजाचा प्रतिध्वनि त्याना ऐकू येतो व त्याप्रमाणे झटकन गति बदलून ते आडथळे चुकवू शकतात. हवेतील इतर पक्षीसुद्धा याप्रमाणेच उडू शकतात. इग्रजीत As blind as bat असा वाक्प्रचार आहे, वास्तविक वटवाघळे बिलकूल आधळी नसतात.

काय प्रचड असतो हा देवमासा !

देवमासा	वजन १५० टन	पोहण्याची गति
	(३। लक्ष पौंड)	ताशी १५ नॉट
हत्ती	वजन ८ टन	ताशी १ नॉट
घटधाकट माणूस	वजन १/११ टन	ताशी २ नॉट

हल्लीची क्रुझर घेतली तर वेग ताशी ४० नॉट असतो यावरून कल्पना येईल देवमाशाची लाबी साधारणपणे १०० फूट असून त्याच्या जबड्यात सबधच्या सबध मोटार गाडी सहज जाऊ शकेल. देवमाशाची दृष्टि तीव्र नसली तरी कर्णेद्रिये विलक्षण तीक्ष्ण असतात. काही हालचाल करायची झाल्यास देवमाशास कपासप्रमाणें वर्तुळाकार फिरावे लागते.

बकरीचे दूध

या दुधाचे वैशिष्ठ्य असे की, इतर दुधाप्रमाणे यात क्षयाचे जंतू नसतात. शे ५० गायीच्या दुधात ही विकृति आढळते. स्निग्धाशाचे प्रमाण मानवी दुधाइतकेच असूनही (Fat) स्निग्धाशाचे कण अति सूक्ष्म असल्याने लवकर पचतात शिवाय नैसर्गिक आम्लतेमुळे पचनक्रिया मद असणाऱ्याना या दुधाचा फार उपयोग होतो.

(१) बकरीचे दूध लवकर फुटते, जास्त वेळ ठेवणे असल्यास ताजे दूध उकळून घ्यावें.

(२) वापरण्यापूर्वी हे दूध गाळूण घ्यावे, कारण त्यात बकरीचे केस येण्याचा सभव असतो.

(८४) चमत्कारात सतपण नव्हे; जी श्रद्धा चमत्काराने बसते ती त्यानेच उडून जाते.

(३) धार शक्य तितक्या कमी वेळात काढून झाली पाहिजे, तसेंच दूधही सपूर्ण काढले गेले पाहिजे.

(४) कास जोराने पिळायला नको, फक्त मुठीत दाबूनही धार काढतां येते. दोन बोटे व अंगठा यात कास धरून लाबवर ओढण्याची काहीची तऱ्हा आहे; पण त्यामुळे कास लोंबू लागतात.

(५) कासेला दूध लाऊन धार काढू नये, कास मऊ करण्याकरितां दुसरा एखादा गधरहित चिकट पदार्थ वापरावा.

(६) धार ठरलेल्या वेळी काढावी व धार काढण्याच्या २ वेळात १२ तासाचे अतर ठेवावे.

(७) बकरीला कळपातून अलग नेऊन धार काढावी.

(८) बकरीच्या दुधात कधी कधी रक्ताचे तनु येतात, ते कासेतील कोवळ्या रक्तवाहिन्या फाटल्यामुळे येतात, बकरीला थोडे 'एप्सम सॉल्ट' पाण्यातून दिल्यास हा विकार दूर होतो.

(९) व्याल्यानंतर साधारणपणे ६/७ महिनेच दूध देत असते, विण्यापूर्वी निदान ३ महिने तरी बकरीचे धार काढणे बद करावे.

(१०) धार काढताना पुढे दाणा ठेवल्यास ती लवकर पान्हवते.

ढेकणाविषयी थोडे !

ढेकणाचे अडे बारिक व पाढरे असते, त्यातून पिवळटसर पिलू बाहेर पडून थोड्याच तासात ते आपले अन्न मिळविण्यास निघते. एखादा मनुष्य आढळल्यास आपली सोड खुपसून ते त्याचे रक्त पिते. २-३ मिनिटात त्याचे पोट भरते व मग तें तावडे लाल दिसू लागते. नतर १-२ आठवड्यानी ते कात टाकते व पुन्हा भूक भागविते. अशा तऱ्हेने ५ वेळां कात टाकली कीं पूर्ण वाढ झालेला ढेकूण तयार होतो. हा प्राणी कळपाकळपाने राहतो व अधारात आपलें अन्न मिळविण्यास बाहेर पडतो; व दिवसा फटीत वगैरे दडून बसतो. जेथे ढेकूण राहतात ती जागा ढेकणाच्या विष्ठेमुळे काळे ठिपके ठिपके पडल्यासारखी दिसते. ढेकणाला आपले सावज कोठे आहे हें

(८५) ज्याला रोगाचा कंटाळा नाही, तो आपल्या सोईनें रोग भोगू शकतो.

त्याच्या अंगातील उष्णतेमुळे समजते, वासामुळे नाही तेवढ्याच (शरीराच्या) उष्णतेची काच जरी ठेवली तरी ढेकूण त्यात आपली सोंड खुपसण्याचा प्रयत्न करतो. साधारणत ढेकूण १२४ ते ३६० दिवस जिवंत राहतो. प्रयोगशाळेत ढेकणाची मादी अन्नाविना १॥ वर्ष जगल्याची नोंद आहे. ज्यावेळी ढेकूण सोंड खुपसून रक्त शोषतो त्यावेळी तो जखमेत आपली लाळ सोडतो, त्यामुळे रक्त शरीरातून बाहेर पडताक्षणीच न गोठता द्रवस्थितीतच राहते, व ते त्याच्या बारिक सोंडेतून पोटात जाऊं शकते. पोट जाम फुगले की, तो स्वस्थ बसतो. थोड्या तासानी पोट पुन्हा पहिल्यासारखे होते ढेकूण चावल्यामुळे ज्या 'गाधी' उठतात त्यामुळे त्वचारोगही होण्याचा संभव असतो. ढेकूण सतत चावल्याने काही लोकांमध्ये एक प्रकारची प्रतिकारशक्तिच निर्माण होते व मग त्याचे त्याना काहीच वाटत नाही कोंबडीची पिले, पाली, उंदीर वगैरे प्राणी ढेकूण खातात, त्यामुळें त्याची संख्या घटते. ढेकणाकरिता रॉकेलमधे D. D. T चे ५ टक्के द्रावण चांगले काम देते. ढेकूण चिरडून मारण्यापेक्षा रॉकेलमधे पकडून टाकणे केव्हाही श्रेयस्कर असते.

वर पाय व खाली पाठ करून चालताना प्राणी का पडत नाही ?

माशी, पाखरू, डास, ढेकूण याच्यासारखे लहान प्राणी तुळईवर किंवा खिडक्याच्या काचावर चढतात, वर पाय, खाली पाठ असूनही ते पडत नाहीत, याचे कारण असे एक भांडे घ्या, ते तोंडावर धरून त्यातील हवा शोषून घ्या, जोपर्यंत तुम्ही हवा शोषून धरली आहे तोपर्यंत तुम्ही भांडे कसेही केले तरी पडणार नाही, इतकेच काय पण जोराने हाताने ओढून पाहिले तरीही निघणार नाही. अगदी जन्मत च या कीटकाच्या पायाला पोकळ नळ्या असतात छतावर वा भितीवर चढताना, ते यातील हवा काढून टाकतात, त्यामुळे त्याचे पाय घट्ट बसू शकतात याशिवाय त्याच्या पायाच्या टोकाना चिकट पदार्थ असलेले एक विशिष्ठ आवरण असते, त्यामुळेही त्याच्या पायाची पकड वाढते.

(८६) बुवा आपल्याला फसवितात हा दोष आपला आहे; बुवांचा नव्हे.

मधमाशी चावल्याबरोबर का मरते ?

मधमाशी चावल्याबरोबर मृत्यु पावते याचे कारण तिचा डख एका विशिष्ठ तऱ्हेच्या स्नायूमधे पक्का बसविलेला असतो. ती चावून ज्यावेळी पळून जाण्याचा प्रयत्न करते त्यावेळी हे स्नायू तुटतात आणि हे स्नायू तिच्या जीवनास आवश्यक असल्याने ती ताबडतोब मरण पावते. फक्त राणी-माशीच आपला डख बाहेर काढू शकते. डख हा गाधीलमाशीला जीव वाचविण्यासाठी दिला असतानासुद्धा तिला त्या अस्त्राचा उपयोग करताना मृत्यु यावा ही खरोखरच आश्चर्यकारक घटना आहे, यात शका नाही काहींच्या मते गाधीलमाशी चावणे हे त्या माणसाचे दुर्भाग्यच आहे असे समजावे

कोळयाच्या जाळयाचे वैशिष्ठय

कोळी आपल्या जाळयामधे न अडकता बिनधोक चालू शकतो, परंतु इतर प्राणी जाळयात चटकन् गुतले जातात याचे कारण कोळी आपले जाळे दोन प्रकारच्या धाग्यानी विणित असतो. एक कोरडा धागा व दुसरा चिकट धागा. यातील कोरडा कोणचा नि चिकट कोणचा याचे कोळयाला नीट ज्ञान असल्याने तो कोरडया धाग्यावरून भराभर पळत जातो; परतु इतर कीटकाना याचे ज्ञान नसल्याने ते आत चिकट धाग्याना चिकटतात व हे कोळयास धाग्याच्या हालचालीवरून तत्काल समजते व नतर कोळी ताबडतोब त्या जागी येऊन त्या कीटकास आणखी धाग्यानी वेढून टाकतो व या भक्ष्याचा सावकाश उपभोग घेतो.

प्राण्याचा मृत्यु

वासरू मेले म्हणजे गाई–म्हशी बरेच दिवस पाणी सोडतात. कावळा मेला म्हणजे त्याचे जातभाई बराच वेळ आकाशात 'कावकाव' करीत मृत कावळयाभोवती घिरटया घालतात. माजर, उंदराची शिकार करून प्रथम आपल्या पिल्लास नेऊन देते, व शत्रूपासून पीडा होऊ नये म्हणून माजरी पिल्लास ७ घरे हिडवते. बहुतेक सरपटणाऱ्या प्राण्याना आपला

(८७) जे ज्ञान सताना असतं ते आपल्यालाही असत; त्यांचं नि.सशयाचं व आपलं संशयाचं, एवढाच त्यात फरक असतो.

मरणकाळ जवळ आल्याचे समजते व साधारणतः सध्याकाळ व मध्यरात्र याचे दरम्यान एखादी विविक्षित जागा शोधून काढून ते आपल्या मरणाची वाट पाहात असतात. कावळयाला आलेला मृत्यु (नैसर्गिकरीतीने) आपल्याला कधीच पाहावयास मिळत नाही.

काजवे का व कसे चमकतात

साधारणपणे काजवे मिनिटास ६ वेळा चमकतात; उबदार हवेत ७ वेळां तर थड हवेत ५ वेळा चमकतात.

काजव्याच्या प्रकाशनिर्मितीच्या अवयवाचे स्नायू २ थराचे असतात. वरच्या थरावर कमल्याशा कणाकणाचा थर असतो, त्या कणाच्या थरामागे स्फटिकासारख्या पेशी असतात, या पेशीमुळे प्रकाशाचे परिवर्तन होतें. कणाकणाच्या थरामधे प्रकाश निर्माण होतो. या थरामधे सूक्ष्म हवाई नलिकाचे व सवेदनावाहक जतूचें जाळे पसरलेलें असते; जेव्हा काजवा चमकतो तेव्हा हवाई-नलिका उघडल्या जाऊन त्यातील प्राणवायु प्रकाशो-त्सर्गक कणावर जाऊन ते प्रकाशीत होतात; त्यामुळे निखाऱ्यावर फुकर मारून तो ज्याप्रमाणे फुलतो तसेच यावेळी होते. हे प्रकाश निर्माण करणारे कण प्राणवायूने भरलेल्या पात्रात टाकताच फुलतात व फुललेले राहतात. या कणामधे प्राणवायूशी सयोग पावणारे 'ल्युसिफेरिन' नावाचे एक रसायन असते. काजव्याचा प्रकाश मोजण्यास Photo Electric Cell चा वापर करतात, प्रकाशाचे विद्युत्प्रवाहात रूपातर करून तो मोजता येतो. याकरिता बरेचसे काजवे पकडून त्याचा प्रकाश प्रथम मोजतात व त्यावरून प्रत्येक काजव्याचा प्रकाश समजू शकतो.

फुलपांखरांच्या पंखावरची वर्तुळें

पुष्कळ फुलपाखराच्या पखावर आपणास मोठाली काळसर वर्तुळे दिसून येतात. प्राण्यामधे डोळयाच्या आकारावरून त्या प्राण्यांविषयीची क्रूरता, भव्यता अगर भीतिदायकपणा अजमावला जातो. फुलपाखराची ही काळसर वर्तुळे पुष्कळ प्राण्याना डोळ्याप्रमाणे वाटतात व साहजिकच ते घाबरतात,

(८८) पुष्कळ रोगी बरा करतो तो चागला डॉक्टर; पुष्कळ पैसा मिळवितो तो नव्हे.

अशारीतीने इतर मोठ्या प्राण्यापासून बचाव करण्यासाठी निसर्गाने फुलपाखराना दिलेली ही काळी वर्तुळे म्हणजे देणगीच होय. फुलपाखराच्या पखावरचे रग भिन्न असले तरी वर्तुळे काळ्या किवा करड्या रगाचीच असतात.

हे बघा कीटक-तज्ज्ञाचें डोकें !

१ मुगी अथवा पिसूचें वजन $\frac{1}{1000}$ ग्रॅम.

१००० मुग्या किवा पिसवा...१ औस.

१ मधमाशी...१ ग्रॅमहून कमी.

५०० मधमाशा...१ पौड.

१ लक्ष मधमाशा...१ माणूस (माणसाचे वजन).

१० लक्ष मुग्या...१ माणसाचे वजन. एका वारुळात अदाजे १० लक्ष मुग्या असतात.

शहामृग (सर्वात मोठा पक्षी)...२०० पौड

देवमासा (whale) सर्वात मोठा मासा...१०० टनाहून अधिक.

मांजर हे असे असते!

अधुक प्रकाशात मनुष्यापेक्षा माजरास अधिक चागले दिसू शकते. उजेडात तर स्वच्छ दिसतेच; परतु सपूर्ण काळोखांत माजराला दिसते, हा समज चुकीचा आहे. माजराचा स्वभाव फार सरळ आहे. एकदा माजराला माहित झाले की, तुम्ही त्याला ठार मारत नाही की, मग तुम्ही नुसते रागाने धुसफुसलात तरी किवा २-४ वेळा बाहेर फेकून दिलेत तरीसुद्धा तें तुमच्याजवळ येणारच. माजराचे कान फार तिखट असतात. सापाच्या सरपटण्याची चाहूल अगर उदराची अस्पष्ट खडबड माजरास तात्काळ समजते डोळे, कान व नाक या तिन्हीमुळे जो बोध होणार नाही तो माजराला आपल्या मिशाच्या साहाय्यानें होऊ शकतो, हे विशेप आहे. काहीचे असे म्हणणे आहे की, एखाद्या अरुद भोकातून जायचे असल्यास माजर आधी आपले तोड घालून जागेची परीक्षा घेतें, जर तोड मिशांसकट आंत

(८९) काळजी घ्यावी; पण काळजी करूं नये.

गेले तर बाकीचे शरीर सहज आत जाऊं शकते असा त्याचा अदाज त्याना मिशाच्या साहाय्याने नीट जाणता येतो.

प्राण्याचे वैशिष्ठ्यपूर्ण गुण

पोपट......नकलीपणा.	फुलपाखरू..... चैनबाजीपणा.
कुत्र'......इमानीपणा	सिंह......शौर्य
मोर......गर्विष्ठपणा.	राजहस......डौलदारपणा.
वाघ.....क्रूरपणा	लाडगा......निर्दयपणा
ससा......भित्रेपणा.	माकड......चेष्टेखोरपणा
अस्वल......चिडखोरपणा	कोकीळ......नखरेलपणा
माजर......लबाडपणा	कोल्हा......धूर्तपणा.
गिधाड..... अधाशीपणा.	मुंगी......दूरदर्शीपणा.
बकरा......विषयीपणा.	खेचर......हट्टीपणा
सुसर......मानभावीपणा..........	

काय कमाल आहे बुवा !

कासवाचे डोके तोडले तरी ते पुष्कळ दिवस जिवत राहू शकते, सर्पाची मान तोडली तरी ती चावा घेण्याकरिता घडपडत असते सरडे दारूंत किंवा आल्कोहोलमधे घालून ठेवले तरी पुष्कळ दिवस जगतात मुंग्याचे पोट तुटले तरी त्या बराच वेळ इकडे तिकडे धावत असतात. मासे, बेडुक व पाणसर्प शून्याखाली १३०° थडी असतानासुद्धा मरत नाहीत, अस्वले तर वाऱ्यावरही राहू शकतात बराच काल. गाडुळाचे कितीही तुकडे केले तरी प्रत्येकात जीव असतोच.

डांस आपल्याला का चावतो ?

डास रात्रीच्या वेळी (विशेषत:) मनुष्याकडे कसा आकर्षिला जातो याचा अलीकडे शास्त्रज्ञाना शोध लागला आहे. रात्रीं झोपेत आपण उच्छ्वासाबरोबर कार्बन डायऑक्साईड नावाचा जो वायु नाकावाटे सोडतो, त्या वायूच्या विशिष्ट वासामुळे डास माणसाकडे आकर्षिला जातो. या-

(९०) वर झालं म्हणजे मी केल म्हणतो आणि सकट मात्र देवाच्या डोक्यावर लादतो; हा काय न्याय झाला !

करिता हुबेहूब माणसासारख्या दिसणाऱ्या दोन बाहुल्या तयार करून खूप डास असलेल्या खोलीत ठेवल्या. त्या बाहुल्याकडे डास आकर्षिले गेले नाहीत, परंतु शास्त्रज्ञानी नंतर त्या बाहुल्याच्या नाकातून कार्बन डाय-ऑक्साईड हा वायु बाहेर पडेल अशी व्यवस्था करतांच डासाच्या थव्याने क्षणार्धात बाहुल्यावर हल्ला चढविला नर डास माणसाला चावण्याच्या फंदात पडत नाही. चावते ती फक्त डासाची मादी माणसाच्या रक्तापासून तिची प्रजा जोमाने वाढते, त्यामुळे रक्त मिळविण्यासाठी डासाच्या मादीला कुणाचा तरी चावा घेणे भागच पडते. डास चावत असता आपल्याला कळून येत नाही, कारण ढेकणाप्रमाणेच डास चावण्याअगोदर त्या जागेवर एक प्रकारचा पातळ द्रवपदार्थ आपल्या शरिरातून सोडतो, त्यामुळे माणसाची अगर जनावराची चामडी क्षणभर बधीर झाल्यासारखी होते, शिवाय या द्रव पदार्थामुळे रक्त किंचित् पातळ होऊन ते शोषण घेणे डासास सहज शक्य होते.

कुत्र्याचे प्रकार

हवामान, अन्न व संकर-जनन यावरून कुत्र्याचे निरनिराळे वर्ग पाडले जातात

(१) मनुष्याला शिकार पाहून देणारे पण स्वत शिकार न करणारे कुत्रे, उदा पॉईंटर, सेटर, स्पॅनियल; (२) माणसाने शिकार पाहून दिल्यावर मग स्वत शिकार करणारे कुत्रे, उदा इंग्लिश ग्रेहाऊंड, (३) शिकार स्वत च पाहणारे आणि करणारे कुत्रे. उदा. ब्लडहाऊंड, फॉक्स-हाऊंड, टेरियर, (४) मनुष्याने विद्ध केलेली शिकार हुडकून आणणारे कुत्रे, उदा डियरहाऊंड, रिट्रीव्हर, (५) मनुष्याचे उपयुक्त सहवासी असणारे कुत्रे उदा. न्युफाउंडलंड, मॅस्टीफ, बुलडॉग, शिपडॉग, (६) स्त्रियांचे खेळणे होऊन राहणारे कुत्रे, उदा. ब्लेथेम, किंग चार्लस् स्पॅनियल, पग्, चायनिज व जपानिज स्पॅनियल, मान्टिज्. कुत्र्याच्या प्रणयक्रीडेचे काल हिंदुस्थानात भाद्रपद महिन्यात तर युरोपात ३ जुलै ते १५ ऑगस्ट हा असतो

(९१) रुढी मोडायची असली तर ती दहाजणानी मिळून मोडायची असते.

उंट पाण्याशिवाय बरेच दिवस कसा राहतो ?

(१) उंटाच्या शरिरातील फारच थोडे पाणी मूत्रद्वारां विसर्जन होतें, भरपूर पाणी प्यायल्यावरसुद्धा सबंध २४ तासांत उंटाचे सारे मूत्र १ मोठा ग्लासभर सुद्धा होणार नाही, माणूस उंटाच्या मानाने फारच कमी पाणी पितो, पण त्याचे मूत्र उंटाच्या मानाने पुष्कळच अधिक असते.

(२) उंटाला सहसा घाम येत नाही. म्हणजे १०४° पर्यंत जरी त्याच्या शरिराचे तपमान गेले तरी त्याला घाम येत नाही. उंटाचे उष्णतामान ९३° पासून १०४° फॅ. पर्यंत जरी वाढलें तरी त्याबद्दल त्याला अस्वस्थता वाटत नाही. त्यापुढे जर वाढलें तर मात्र त्याचे घर्मपिंड काम करू लागतात. घामासाठी लागणारे पाणी त्याच्या रक्तातून बाहेर पडत नाही, तर शरिरातील पेशी-जालातील पाणी कमी होऊन ते घामावाटे बाहेर पडते, त्यामुळे शारीरिक व्यवहारात कुठलीही आडकाठी येत नाही, शिवाय रक्तदाबात व रक्ताभिसरणात काहीच फरक पडत नाही.

(३) उंटाच्या अंगावर जाड केसाचे आच्छादन असल्यामुळें बाहेरील हवेची उष्णता शरिरापर्यन्त पोचत नाही, म्हणजे गरम हवेंत त्याचें शरीर फारसे तापत नाही. उंटाच्या अंगावरील केस कापले तर मात्र त्याला लवकर घाम येऊन त्याच्या शरिरातील पाणी घटते. वर दिलेल्या ३ कारणाने उंटाला आपल्या अंगात पाण्याचा साठा टिकविता येतो.

साप चालतो कसा ?

सापाच्या डोक्यापासून ते शेपटीपर्यंत एक लांब कणा असतो आणि त्याच्या दर मणक्यात एकेक फासळीची जोडी घट्ट बसविलेली असते (काही सापात या ३१४ शे पर्यंत आढळतात). या फासळ्या त्याच्या खालील बाजूच्या खवल्यांत घट्ट बसविलेल्या असतात. नाकाच्या फुगीर शेवटापर्यंत त्याच्या अंगावर सगळीकडे फुगीर खवले असतात. त्याच्या खालची बाजू मात्र जमीनीशी सतत घर्षण झाल्याने अत्यंत चपटी होऊन गुळगुळीत झालेली आढळते. सरपटताना साप आपल्या फांसळ्या पुढे उचलतो त्याच-

(९२) जे नाम ध्रुव–प्रल्हादने घेतले तेंच 'नाम' आज आहे, त्यांत फरक मुळीच नाही; फरक मात्र आपल्यांत झाला आहे.

वेळी खालील खवल्यांनी जमीन पकडतो आणि मग फासळ्यानी जमीन पुढे ढकलतो. ही क्रिया वेगाने सुरू झाली की, त्याला एक प्रकारची गति येते. तो जाताना वेडावाकडा जातो; कारण त्याच्या फासळ्या ह्या तिरक्या दिशेने पण समांतर अशा बसविलेल्या असल्याने त्याच्या गतीत वक्रता दिसून येते. अतिशय गुळगुळीत पदार्थावरून सापास चालता येत नाहीं. खालच्या अगर वर चढण्याच्या वस्तूपासून थोडेसे तरी घर्षण झाल्याशिवाय त्याला आपल्या फासळ्याचा उपयोग करता येत नाहीं. इजिनची चाके अतिशय गुळगुळीत रुळावरून धाऊ शकत नाहीत, चाक तेथल्या तेथेच फिरत राहते. अशा वेळी बारीक रेती रुळावर टाकावी लागते. साप उभ्या भिंतीवर चढू शकत नाही; पण आपल्या वेटोळ्याच्या साहाय्याने नळावरून वर जाऊ शकतो.

जीराफाची मान त्यास केव्हा नडते ?

जीराफाच्या मानेचा उंचावरील पाला खाण्यासाठी चांगला उपयोग होत असतो, पण जेव्हा त्याला पाणी प्यायचे असते तेव्हा त्या लांब मानेचा काही उपयोग होत नाही. जीराफाचे पुढचे पाय त्याच्या मानेपेक्षाही उंच असल्याने त्याने मान कितीही वाकविली तरी त्याचे तोंड पाण्यापर्यंत पोचण्यासाठी जीराफाला आपले पुढचे दोन्ही पाय ताणून पसरावे लागतात. तेव्हा कुठे त्याची मान पाण्यापर्यंत पोचते. जीराफ वाटेल त्या झाडाचा पाला खात नाही. ' मेमोसा ' झाडाचा पाला विशेषत: ते जास्त खातात.

पाण्यातील माशांना हवा लागते का ?

मासा जन्मभर पाण्यात राहतो; पण पाण्याचा एक थेंबदेखील पीत नाही. मासे समुद्राचे अगर नदीचे पाणी फक्त आपल्या तोंडात घेतात; पण पीत मात्र नाहीत, माणसे हवा ज्याप्रमाणे फुप्फुसात घेऊन मग ती बाहेर टाकतात त्याप्रमाणे मासे पाण्याचा श्वासोच्छ्वास करतात. माशाच्या श्वसनेंद्रियाला 'गील' असे म्हणतात. या 'गील' मधे जे रक्त असते ते पाण्यांतील ऑक्सिजन शोषून घेते व मग ते पाणी बाहेर फेकले जाते, या

(९३) आपण जे अन्न खातो त्याच्या एकतृतीयांशावर आपण जगतो आणि दोन तृतीयांशावर डॉक्टर, वैद्य जगतात.

क्रियेत पाण्याचा एक थेबही त्याच्या पोटात जात नाही, माशाना पोषणासाठी जरूर असणारे पाणी त्याच्या अन्नातून मिळते. अशा तऱ्हेने माशाना हवेची जरूरी नसते काही मासे तर त्याच्या सर्व आयुष्यांत एकदाही कधी पाण्याच्या पृष्ठभागावर आलेले आढळत नाहीत.

अजगर लहान तोडातून मोठे प्राणी कसे गिळू शकतो ?

सापाचा जवडा अशा काही विशिष्ठ स्नायूनीं व ततूमय दोऱ्यानी युक्त असतो की, तो कितीही मोठा पसरला तरी त्यामुळे सापास, (विशेषतः अजगरास) काही त्रास होत नाही. संबध हरीण गिळून टाकणे ही गोष्टही अजगरास सहज शक्य आहे गिळून टाकताना अजगर त्या प्राण्याचा एक भाग (पाय अगर तोड जे मिळेल ते) तोडात पकडतो व मग हळूहळू तोड वासून उरलेला भाग सहजी गिळकृत करतो.

या गोष्टी लक्षात ठेवण्याचा प्रयत्न करा !

(१) वाघ व सिंह याची फुप्फुसे इतकी अशक्त असतात की, त्याना १ मैलाहून अधिक पळता येत नाही.

(२) मध गोळा करण्यासाठी मधमाशा पोळयापासून ३ ते ५ मैलपर्यंतसुद्धा प्रवास करतात.

(३) कुत्र्याचे भोकणे १८०० यार्डपर्यंत सहज ऐकू येते.

(४) १ सेकदात गोगलगाय १/२ इच जाते, माशी २४ फूट जाते, पाकोळी २२० फूट जाते, तर मनुष्य ४ फूट जातो.

(५) सगळया जनावरात घोडयाना सर्वात जास्त थडी वाजते.

(६) उट एका वेळेस १० ते १२ गॅलन (५० शेर) पाणी सहज पिऊ शकतो.

(७) हत्ती आपल्या पाठीवर १७०० पौडाचे ओझे घऊन न थकता तासास ४ मैल याप्रमाणे कित्येक मैल मजल मारतो.

(८) कावळे एखाद्या धान्याच्या शेतात शिरण्यापूर्वी अगोदर आपल्यापैकीं एक तरी रखवालदार बाहेर उभा ठेवतो.

(९४) कुणाविषयी वाईट विचार मनांत आणू नये; त्यापासून आपलेंच मन गढूळ होतें.

(९) देवमाशाच्या शेपटीत, जिराफाच्या जीभेत, सिंहाच्या पंजात, हत्तीच्या सोंडेत, मगरीच्या तोंडात, घोडयाच्या पायात, गेंडयाच्या दातात फारच मोठी शक्ति असल्याचे दिसून येते.

(१०) माशी पकडून ती मधात टाकावी, मधात साखरेचे मिश्रण असेल तर ती मधात रुतेल, उत्तम मधात माशी रुतत नाही अगर तिच्या अंगाला मध चिकटत नाही.

(११) बंगालमधील गौळी लोकात पिढयान् पिढया अशी समजूत आहे की, वद्यपक्षात गाई–म्हशीना नर दिल्यास होणारी संतति नर जातीची होते, तर शुक्लपक्षात होणारी संतति स्त्रीलिंगी होते.

(१२) जीराफाच्या मानेत जेवढे मणके असतात तेवढेच उंदराच्या मानेतही असतात, असे आढळून आले आहे

(१३) शर्यतीचा घोडा एका उडीत २० ते २५ फूट सहज जाऊ शकतो.

(१४) मुंग्याच्या पळण्याची गति तासाला ५२० फुटापासून ८०० फुटा-पर्यंत असते.

(१५) देवमाशाचे कातडे २ फुटापर्यंत जाड असते व त्याच्या जीभे-पासून ११ टन तेल निघते.

(१६) हत्तीची उंची ही त्याच्या पुढच्या पायाच्या वर्तुळाच्या परिघा-च्या दुप्पट असते.

(१७) जीराफ या प्राण्याला कोणत्याही प्रकारचा आवाज काढता येत नाही.

(१८) घोडा बसून उठतांना प्रथम पुढच्या दोन पायांनी उठतो; परंतु बैल मात्र बसून उठताना मागच्या दोन पायानी उठतो.

(१९) खेकडयाना दिसते, वास येतो, पण ऐकू येत नाही.

(२०) तरस हा प्राणी मनुष्याच्या वेडयावाकडया हंसण्याप्रमाणे हुबेहूब हसतो.

(२१) टीटवी ही झोपताना आकाशाकडे पाय करते.

---

(९५) जें आपले नाहीं तें आपले म्हणणे, म्हणजेच 'चोरी' होय.

(२२) वटवाघळाच्या तोंडातून एक प्रकारचा चिकट द्रव बाहेर येतो, त्याला अतिशय उग्र घाण सुटते. म्हणून वटवाघळे असलेल्या जुनाट अंधाऱ्या खोलीत काही वेळा जाणेही अशक्य होते.

(२३) डुकरास सर्पदंश बाधत नाही. कारण त्याच्या अंगावर इतकी चरबी असते की सर्पविष त्याच्या रक्तवाहिन्यापर्यंत पोचतच नाही.

(२४) शहामृगाचा आवाज सिंहासारखा असून पुष्कळवेळा वाटसरूची, तो आवाज ऐकताच, गाळण उडून जाते.

(२५) घारीशिवाय दुसरा कोणताही प्राणी सूर्याकडे टक लाऊन पाहूं शकत नाही.

(२६) माणसाचा १ केस १० तोळे वजन तोलू शकतो, डुकराचा १ केस ३० तोळे व घोडयाचा ४० तोळे वजन उचलतो.

(२७) मधमाशीस १ पौंड मध गोळा करण्यास फुलापासून ते पोळ्या-पर्यंत ३० हजार खेपा माराव्या लागतात.

(२८) उंदराच्या ९ जोडयापासून १ वर्षांत १००० उंदीर जन्मास येऊं शकतात, हे सप्रयोग सिद्ध झालेले आहे

(२९) कोळ्याला ८ डोळे असूनही त्याला ३ इंचापलीकडील दिसत नाही.

(३०) जमिनीवर राहणाऱ्या प्राण्यापेक्षा पाण्यांत राहणाऱ्या प्राण्याची संख्या अधिक आहे; कारण त्याना भक्ष्याची कधीच चिंता पडत नाही.

(३१) जगात सर्वांत मोठा प्राणी म्हणजे देवमासा होय. त्याचें वजन २०लाख पौंडपर्यन्त भरते,आणि जगात सर्वात लहान प्राणी म्हणजे 'बॅक्टेरिया' जंतु होय. अशा ३ कोटपेक्षा जास्त जंतूचे वजनही जेमतेम १ पौंड भरतें.

(३२) कोळ्याचें जाळे ४ मैल लांब तंतूचे असलें, तर त्याचे १ ग्रेन वजन भरते.

(३३) चिमणीच्या हृदयाचे मिनिटाला ८०० ठोके पडतात, उंदराचे ६००, सशाचे १५० तर घोडयाचे फक्त ४० ठोकेच पडतात.

(९६) देवाच्या विहिरीत मुबलक पाणी आहे; आपल्या बादल्याच फार छोटया असतात.

(३४) जीराफाची जीभ अगदी काळी कुळकुळीत असून जवळ जवळ १॥ फूट (१८ इच) लाब असते.

(३५) माणसे, कबुतरें, बदके, कोवडया याना पदार्थाची चव सारखीच कळते. त्यामधे कबुतराची चव सर्वात तीव्र व कोबडयाची सर्वात मद असते. गोड, आंबट, खारट व कडू या चवीचें ज्ञान पक्षानाही असते.

(३६) सापाचे डोळे तीक्ष्ण असतात. त्याच्या डोळयाचे भिग पिवळे असल्याने प्रकाशांतील 'अल्ट्रा व्हायोलेट' किरण सापाच्या डोळयात शिरत नाहीत, शिवाय त्याच्या डोळयाच्या बाहुल्या माजराच्या डोळयाच्या बाहुल्याप्रमाणे उभ्या दिसतात. तसेच सापाच्या डोळयाना पापण्या नसतात. सापाला कान नसतात, पण जमिनीत होणारे कप त्याच्या कातडीच्या खालील बाजूकडून त्याला समजून घेता येतात व त्यानुसार तो आपली दिशा निश्चित करतो.

(३७) 'ईल' (EEL) नांवाचा एक मासा पुष्कळ वेळां समुद्रात आपल्याला दिसतो. त्याचे बाह्याग अतिशय निसरडे असते म्हणून तो कोणाच्याच पकडीत सहसा सापडत नाही, यावरून जो मनुष्य कोणाच्याही राग-द्वेषात गुतून राहत नाही त्याला 'ईल' माशाची उपमा देतात.

(३८) शहामृगाचे वैशिष्टय म्हणजे त्यास पुढले व मागले पदार्थ दृष्टीस पडतात.

(३९) घोडयाची शक्ति पाच माणसाच्या शक्तिइतकी असते असे प्रयोगाती आढळून आले आहे.

(४०) विषारी साप उलटला म्हणजे वीप जास्त चढते ही समजूत चुकीची आहे. सापाच्या टाळूचे जे विषारी दात असतात ते सरळ नसून घशाच्या बाजूला वाकडे होऊन वळलेले असतात साप उलटतो तो हे दात सोडवून घेण्यासाठी, विष जास्त चढावें म्हणून नव्हे. साप जे लहान लहान प्राणी धरतो ते एकाएकी त्याच्या तावडीतून सुटू नये म्हणून हे दात निसर्गाने वाकडे केलेले असतात.

---

(९७) पुष्कळ लोक पैसे मिळविण्याकरिता वेळ खर्च करतात आणि मग तो वेळ घालविण्यासाठी पुन्हा पैसे खर्च करतात.

(४१) कोंबड्या किंवा बरेचसे पक्षी आपलें अन्न वेचतांना बारिक बारिक खडेही (विशेषत: गारेचे) वेचतात. त्यामुळे त्याच्या अन्नाचे पोटांत नीट चर्वण होऊन अन्न लवकर पचले जातें.



(९८) घरातलें समाधान हे स्त्रीच्या समाधानावर अवलंबून असतें.

मीठ

(१) अजीर्णनाशावर–भोजन झाल्यावर थोडेसे मीठ जीभेवर टाकणे.

(२) दतशुद्धि–मीठाने दात घासल्यास होते.

(३) तुदिलता घालविणे–सकाळी कपभर पाण्यात ½ चमचा मीठ घालून प्यावे.

(४) गालिचे स्वच्छ करणें–गालीचे अगर सतरज्या मिठाच्या पाण्यानें भिजविलेल्या फडक्याने पुसाव्यात.

(५) रग टिकविण्यास–विटणारा कपडा मिठाच्या पाण्यांत बरेच तास भिजत ठेवावा, म्हणजे रग विटत नाही.

उघडकीस आलेलीं बनावट औषधें

	औषधाचें नाव	नकलेत आढळणारे स्वरूप
(१)	क्लोरोमायसटीन	सोडा बाय कार्ब (खाण्याचा सोडा)
(२)	प्रोकेन पेनिसिलिन	

(अ) बल्ब......सल्फानिलमाईड सोल्युशन

(ब) गोळचा......चॉक पावडर

(३) ऑरिओमायसिन......मेपॅक्रिन, अॅटेब्रीन पावडर (पिवळचा कॅपसुल्स)

(४) सल्फाडायझिन–सिबॅझॉल...चॉक पावडर.

(५) वॉटरबरीज कापाऊड...चुन्याची निवळी.

(६) फिलिप्स मिल्क ऑफ मॅग्नेशिया...चुन्याची निवळी.

(७) कॉडलिव्हर ऑईल...व्हाईट ऑईल किवा कुठलेही घाण वासाचें तेल.

(९९) एक नियम अखड चालविणे याचेंच नाव 'तपश्चर्या'

अस्सल कस्तुरी ओळखण्याकरितां

(१) कोळशाच्या निखाऱ्यावर कस्तुरी टाकताच जर ती वितळून गेली आणि तेलाप्रमाणे जर बुडबुडे येऊ लागले, तर ती चागल्या प्रकारची व तिची जर जाळून राख झाली तर ती नकली कस्तुरी म्हणायची.

(२) कस्तुरीच्या पिशवीच्या तोंडाशी एक पातळ पापुद्रा असतो, जर हा फाटला नसेल तर कस्तुरी अस्सल आहे म्हणून समजावे.

(३) हिंगाच्या पाण्यात भिजविलेला आणि सुईत ओवलेला दोरा कस्तुरीच्या पिशवींतून आरपार घालावा; असे केल्यावर हिंगाचा वास लुप्त होऊन कस्तुरीचा वास जर धाग्यास येऊ लागला तर कस्तुरी उत्तम आहे म्हणून समजावे.

व्हॅसलीनचा उपयोग

(१) बोट कापले असतां लावणे.

(२) आग पाण्याने गारठू नये म्हणून खूप अतर पोहणारे अगास लावतात.

(३) वाटेल तेव्हा अश्रु गाळता यावेत म्हणून सिनेतारका जे डोळ्यास लावतात ते

(४) ओरखाडे येऊं नयेत म्हणून फोटोग्राफर हे निगेटिव्हला लावतात.

(५) हजामतीची पाती गजू नयेत म्हणून कारखानदार याचा टनानी उपयोग करितात

(६) आडल्यावेळी सैनिक याचा 'शेव्हींग क्रीम' म्हणून उपयोग करतात.

(७) ब्रेली बरोबर वाचता यावी म्हणून अंध लोक हे लाऊन बोटाची टोके मऊ ठेवतात.

(८) पावसाचा त्रास होऊं नये म्हणून मोटारवाले काचेवर लावतात.

(९) त्वचा मऊ राहवो म्हणून थडींत चेहऱ्यावर लावतात.

---

(१००) परोपकार केल्याची जोपर्यंत आठवण राहते तो परोपकार नव्हे.

सिगरेटविषयी

साधारणतः १ सिगरेट १०-१२ मिनिटे जळत राहते, त्यांपैकी जास्तीत जास्त चारच मिनिटे मनुष्य प्रत्यक्ष धूम्रपान करीत असतो पुरा भरलेला पाईप ओढण्यास ७ ते २० मिनिटे लागतात, पण, पाईप ३-४ वेळां पेटवावा लागतो. सिगरेटची लाबी साधारणपणे २$\frac{3}{8}$ इच असते, व सिगरेट ओढणारा मनुष्य सिगरेटचें थोटूक जे टाकून देतो ते किमानपक्षी $\frac{3}{4}$ इच तरी असतें, त्यावर देखील मिनिटभर करमणूक करून घेणारे गरीब लोक दुनियेत पुष्कळ वेळा दृष्टीस पडतात.

मोटारीचे नंबर

मोटारीच्या नंबराच्या आधी जी अक्षरे असतात, त्याना ' रजिस्ट्रेशन मार्क ' म्हणतात. मुबई शहर विभागातील बिनभाड्याच्या मोटारीना BML, BMU, BMW, BMX, BMY, BMZ; भाड्याच्या मोटारीना BMR, BMS, BMT, ए. एफ्. आय्. च्या मोटारीना BMP व व्यापारी सर्टिफिकेट असलेल्या व्यापाऱ्याच्या मोटारींना BMN ही अक्षरे देण्यात येतात.

विभाग	भाड्याच्या मोटारी	बिनभाड्याच्या मोटारी	व्यापारी सर्टिफिकेटच्या मोटारी
अहमदाबाद	BYD	BYA, BYB	BYE (१०१ ते १७५)
बडोदे	BYS	BYM, BYR	BYE (६०१ ते ६७५)
पुणें	BYL, BYW	BYF, BYH	BYE (२०१ ते २७५)
नाशिक	BYP	BYN	BYE (३०१ ते ३७५)
बेळगाव	BYX	BYZ	BYE (४०१ ते ४७५)
कोकण	BYT	BYK	BYE (५०१ ते ५७५)

मनगटावरील घड्याळाची निगा

दीर्घायुषी व अचूक कालदर्शन हवे असल्यास मोठ्या आकाराचेंच घड्याळ घेणें फायदेशीर; कारण मोठ्या घड्याळातील यत्रे अधिक मजबूत

(१०१) तुमच्याजवळ चांगलें पोलाद असेल तर त्याचा उपयोग उत्तम चाकू बनविण्याकडे करा.

बनविणे शक्य असते; शिवाय दुरुस्तीही करणे सोपे जाते. चागल्या प्रकारची बायकांची घड्याळे (अर्थात मनगटावरील) फक्त २५ वर्षेच अचूकपणे काम देऊं शकतात, तर पुरुषाच्या हातावरील मोठी घड्याळे जन्मभर चांगले काम देतात. दिवसाकाठी फक्त २५ सेकदांचा फरक असल्यास ते घड्याळ उत्तम समजावें, १ मिनिटाचा फरक आल्यास ते घड्याळ चागले समजावे. घड्याळात दिसणारा हा अगदी थोडा फरक दरवेळी कांटे फिरवून बरोबर करू नये. मोठा फरक दिसून आल्यास मगच काटे फिरवावे. सर्व ज्युएल्सयुक्त घड्याळे चागली असतात, असें नाही. १ डझन ज्युएल्सना फक्त १५ ते १७ रुपये पडतात.१७ ज्युएल्सनी सर्व प्रमुख घर्षणकेंद्रांची नाकेबदी करतां येते. उत्तम घड्याळात पुष्कळ वेळा २३ पर्यन्त ज्युअेल्स असतात.

मध्यम आकाराचें घड्याळ दर २ वर्षांनी खोलून त्यास तेलपाणी व साफसुफी करावी. कोणचेही तेल २ वर्षाच्या अवधीत थिजून घट्ट होतें किंवा वाळून जाते. अगदी लहान आकाराच्या घड्याळाची दर १८ महिन्यांनीं साफसुफी करावी.

घड्याळाची काच फुटल्यावर एका स्वच्छ कागदात गुंडाळून घड्याळजीकडे न्यावे, हातरुमाल किंवा फडके वापरू नये. घड्याळास नियमित (जरी वापरात नसले तरी) चावी (वाजवीपेक्षा ताण न देता) द्यावा. कांटे उलटे फिरवू नये हा समज चुकीचा आहे. घड्याळास स्टेनलेस स्टीलचे आवरण सर्वात उत्तम. "टिक् टिक्" असा आवाज नियमित व स्पष्ट आल्यासच घड्याळ चागले. वॉटर-प्रुफ घड्याळाचे वैशिष्टय असे की, दर चौरस इचास ३५ पौंड इतका पाण्याचा दाब तीं ५ मिनिटेपर्यन्त सहन करू शकतात. बाकी Water resistant घड्याळाचे असे कोणतेच वैशिष्टय नसते. घड्याळाचे आवरण इतके घट्ट पाहिजे की, ते फक्त घड्याळजीलाच खोलता येईल. यदाकदाचित् घड्याळ बराच काळ पाण्यात राहिल्यास लगेच बेंझिनमधे बुडवून घड्याळजीकडे न्यावे. 'ऑल प्रुफ'चे स्तोम फुकट आहे, त्यामधे "टाईम-प्रुफ" चा समावेश मात्र होत नाही. 'स्विस मेकचा' गवगवाही उगीच आहे. उत्तमोत्तम घड्याळे जरी तेथें

(१०२) मोठ्या घरापेक्षा मोठे हृदय केव्हांही श्रेष्ठच होय.

तयार होत असली तरी हलकी घड्याळे तेथे बनतातच. दोन चारच मोठे कारखाने घड्याळे तयार करतात व मग सँडो, फावरलुबा, लेडीस्मीथ, वेस्टअेड इत्यादि कंपन्या स्वतःच्या कांही खास कसोट्या लाऊन ती घड्याळें पारखून विकत घेतात व मग देशोदेशात विक्रीसाठी पाठवितात.

हिऱ्याची पारख

हीरा पारखण्याची सोपी युक्ति म्हणजे शिसपेन्सिलिने कागदावर टिंब काढून पारख करणाऱ्या हिऱ्यातून त्यात पहावे; जर टिंब आहे तसेंच दिसले तर हीरा अस्सल आहे म्हणून समजावा व एकाच्या ठिकाणी जर दोन किंवा अधिक टिंबे दिसली किंवा पुसट व पसरट टिंब दिसले तर हीरा नकली आहे म्हणून समजण्यास हरकत नाहीं.

मधाची उपयुक्तता

मधाचे सर्वसाधारण ९ प्रकार आहेत (मक्षिक, भ्रामक, क्षौद्र, छात्र, पौतिक, दाल, औदलक, देसी, अर्घ्य), (१) मध नियमित खाल्ल्यास आवाज गोड होतो, (२) डोळे लाल झाल्यास मधाचा थेंब डोळ्यांत सोडावा, (३) तोंड आले असल्यास मधपाणी एकत्र करून गुळण्या कराव्यात व बोटानें तोंडाच्या आतील भागास मध चोळावा; (४) कानात कीटक, माशी, गोम वगैरे गेल्यास मध तेलांत मिसळून ते तेल कानात घालावें म्हणजे आतील प्राणी तात्काळ मरून जातात; (५) मधाने अंगावरील जखमा त्वरित भरून येतात, (६) भाजलेल्या जागी पिसाने मध लावावा. (७) मध बुद्धिवर्धक आहे तसेच रक्तशुद्धि होण्यास दररोज सकाळी दोन चमचे मध पाण्यात घालून खावा; (८) खोकल्याची ढास आल्यास मध व लवंगा याचे चाटण बनवून द्यावे; (९) वातुळ प्रकृतिच्या माणसानी, अगर तुंदिलता कमी करण्यास २ चमचे मध ४ चमचे कोमट पाण्यातून घ्यावा. मोठ्या व पिंगट रंगाच्या मधमाशानी गोळा केलेला मध, तसेच महाबळेश्वरचा जांभळीचा मध सर्वांत उत्तम समजावा. मध जितका जुना तितका चांगला.

---

(१०३) वैद्यापासून दुखणे नि वाण्यापासून प्राप्ति कधीं लपवू नये.

मधाची पारख करण्यास:-

(१) माशी पकडून मधात टाकावी, उत्तम मधात माशी रुतत नाहीं अगर तिच्या अंगालाही मध चिकटत नाही.

(२) उभ्या कपड्यावर मध साडल्यास कपडा न भिजतां मध कपड्यावरून घरंगळत जातो.

(३) मधाची वात करून जाळल्यास तेलाप्रमाणें जळत राहते.

(४) कुत्रा उत्तम मध चाटत नाही.

कागदाच्या तुकड्यापासून वस्तु

फुलपात्रे, दिव्याच्या शेडस्, फुलदाणी, लहान मुलांची खेळणीं, हॅटस्, कुंड्या इत्यादि वस्तू कागद पासून बनविण्यास कागदाचे तुकडे प्रथम साबणाच्या पाण्यात भिजत घालावेत, नंतर तयार करायची वस्तु घेऊन साबणाच्या पाण्यात बुडविलेले कागदाचे तुकडे त्यावर लावावे. वस्तूचा संपूर्ण पृष्ठभाग अशा कागदाच्या तुकड्यानी झाकून गेल्यावर कणकीची चिक्की लाऊन पुन्हा साबणाच्या पाण्यांत बुडविलेले कागदाचे तुकडे लावावेत. तयार करायच्या वस्तूची जाडी सारखी राहील या बेताने कागदाचे थर द्यावेत. नतर ती वस्तू सावलीत वाळत ठेवावी; व सुकल्यावर कागदाची वस्तु प्रथम हलकेच हालवून ओढून काढावी. त्यावर मग एखादा रगीत कागद चिकटवून नक्षी काढावी. कणकीची चिक्की बनविण्यास वाटीत पाणी घेऊन फार जाड नसलेल्या फडक्यातून कणीक पुरचुडी करून पाण्यांत धरून हाताने हळु हळू चोळावी. पाणी चागले दाट पाढरे झाल्यावर चुलीवर ठेऊन ढवळावे. मिश्रण घट्ट होऊन हवेचे बुडबुडे येऊ लागले की, खाली उतरून थड झाल्यावर तिचा उपयोग करावा.

वजन उचलण्याची शक्ति

(१) मनुष्यप्राणी सामान्यत: आपल्या वजनाच्या ५/६ एवढे वजन जमिनीवरून वर उचलू शकतो.

(२) घोडा आपल्या वजनाच्या १/२ वजन उचलू शकतो.

(१०४) तारे कितीही तेजस्वी असले तरी ते काळोखाशिवाय चमकूं शकत नाहीत.

(३) गांधीलमाशो आपल्या वजनाच्या १५ पट तर मधमाशी २४ पट, पेगूळ ८५ पट वजन उचलू शकतो.

(४) देवमासा ताशी ८० मैल वेगाने जाऊ शकतो व त्याने मारलेल्या तडाख्यात २०० हॉर्सपॉवर इतकी शक्ति असते. १ हॉर्सपॉवर म्हणजे ३३००० पौंडाचें वजन, १ मिनिटात १ फूट वर उचलण्याची शक्ति.

(५) एका घोड्याने ५५ टन माल लादलेल्या १६ डब्याच्या मालगाडीस ६ तासात २० मैल ओढीत नेल्याची नोद आहे.

(६) चिडलेला गोरिला, मोठा वृक्ष १८ फूट उच भिरकावू शकतो, तसेच बदुकीची पोलादी नळी सहज वाकवू शकतो.

दाढी करण्याचे शास्त्र

दाढी करण्यात माणसाचे साधारणत वर्षाचे ३६।। तास जातात. दाढी दर महिन्यास १/२ इच या वेगाने वाढत असते. दाढी करताना बोटानी त्वचा ताणून धरल्यास त्वचेवरील सूक्ष्म सुरकुत्या ताणण्याने नाहीशा होतात व त्यामुळे कुठेहि वस्तऱ्याने कापले न जाता गुळगुळीत दाढी होते. पण वाजवीपेक्षा जास्त ताणल्यास मात्र त्वचा खुटाला घट्ट चिकटून बसते व केसाबरोबर त्वचेचेहि तुकडे येतात. दुसरा दाढीचा हात मारताना केसापेक्षां त्वचेचेच तुकडे जास्त आढळले. दाढी उलटी केल्याने केस अगदीं त्वचेपासून कापले जातात. दाढी करताना वस्तऱ्याचा त्वचेशी २५° चा कोन असावा, व त्याकरितां आपल्याला जो सोयिस्कर पडेल असाच सेफ्टी रेझर निवडावा. निरनिराळ्या प्रकारच्या सेफ्टी रेझरच्या कोनामध्ये फरक असतो. त्यामुळे आपल्याला मानवेल असा वस्तरा निवडल्यास दाढी करण्यास बिलकूल त्रास पडत नाही. हनुवटीच्या कडेवरचे केस सरळ उगवतात, बाकीचे मात्र त्वचेशी ३१° ते ६०° चा कोन करून उगवतात. दाढी करताना साबण लावल्याने फेसामुळे दाढींतील पाणी लवकर सुकत नाहीं व दाढीचे खुटही चांगले भिजून नरम होतात. साबणाचा फेस दाट झाल्यास केसाना ताठ राहण्यास आधार मिळून वस्तऱ्याने करणे सोपें जाते, शिवाय

(१०५) दिवसेदिवस वृद्ध होत चालल्याबद्दल वाईट वाटून घेऊं नका, अनेकांना ती सधीच मुळी मिळत नाही.

मेद-ग्रथीमुळे केसाला आलेली जलाभेद्यता फेसानें बरीच कमी होते. दाढीस फेस लावल्यावर २/४ मिनिटाने दाढी केल्यास दाढी चागली व लवकर होते, शिवाय पातेहि लवकर झिजत नाहीं.

१२०° पर्यंत तापविलेल्या पाण्यात डोक्याचे केस पाऊण मिनिट भिजत ठेवले तर ते केस दुप्पट ताणण्याअितके नरम होतात दाढीचे केस डोक्याच्या केसापेक्षा चौपट जाड असतात. म्हणजे दाढीचे केस चागले भिजून नरम करण्याकरिता कमीत कमी २/३ मिनिटे फेसात भिजत ठेवले पाहिजेत. त्वचेवर मेदग्रथी (Sebaceus Glands)असल्यानें या ग्रथीतून एक तेलकट पदाथ बाहेर येतो व तो केसाना जलाभेद्य (Water-proof) बनवितो. केस हे शाङर्ग-धातूपासून (Keratin) तयार झालेले असतात. मजबूत व चिवटपणा हे या धातूचे वैशिष्टच होय. पाण्याचे शोषण हे धातु करीत असतात, दाढीच्या केसाने पाणी शोषण केलें म्हणजे ते मऊ पडतात व सहज ताणले जातात. शाङर्ग-धातु नैट्रोजन व गधक यापासून बनलेला असतो. करडचा व पाढऱ्या केसात हा धातु जास्त आढळतो.

मेणबत्तीचा प्रकाश

सर्वत्र अगदी मिट्ट काळोख असेल तर जास्तीत जास्त १ कॅंडल पॉवरची मेणबत्ती आदर्श अनुकूल परिस्थितींत ५० मैलपर्यंत उजेड (प्रकाश) देऊ शकते. तशी अनुकूल परिस्थिति जरी नसली तरी चागल्या मेणबत्तीचा उजेड १० मैलावरून दिसू शकतो; आणि अगदी साधारण परिस्थितीतही (मघे कसलाही आडोसा नसेल तर) मेणबत्तीचा उजेड १ मैलावरून सहज दिसतो.

समुद्राची लाट किती मोठी असू शकते

समुद्र कितीही मोठा असून अतिशय जरी खवळला असला तरी समुद्राची लाट ११ फुटापेक्षा जास्त असू शकत नाहीं. बोटीत बसणाऱ्यास त्याच लाटा कित्येक वेळा पर्वतप्राय वाटतात, याचे कारण लाट जेव्हा येते तेव्हा समुद्रात

(१०६) सकटाचें वेळी कोणीसुद्धा आपल्याला सोबत करीत नाही, कधीही पाठ न सोडणारी सावलीसुद्धां अंधार पडला की, कुठल्याकुठे गडप होऊन जाते.

खोलगट भाग निर्माण होतो व तेथे बोट तरगत असल्याने बोटींतील माणसास तीच लाट अतिशय मोठी (पर्वतप्राय) वाटू लागते.

चंद्र, सूर्य व पृथ्वी

पृथ्वीचा व्यास (मैलांत) × १०८ = सूर्याचा व्यास (मैलांत)

सूर्याचा व्यास (मैलांत) × १०८ = पृथ्वीपासून सूर्याचे सरासरी अंतर (मैलात)

चंद्राचा व्यास (मैलात) × १०८ = चंद्राचें सूर्यापासून सरासरी अंतर (मैलात)

पर्जन्याच्या निसर्गदर्शित खुणा—

(१) वातावरणांत बदल होऊन, मेघसमुदायाची गति जमिनीच्या रोखाने सुरूं होते. त्यामुळे आपला आवाज या मेघरूपी भितीवर आदळून त्याचा प्रतिध्वनि निघतो म्हणून तो आवाज लाब अतरावरून आल्याचा भास होतो.

(२) मेघाना काळाकुट्ट रंग चढतो. या मेघांत पर्जन्यधारा असतात त्यामुळे त्याचा रग आधीच काळा दिसतो नि त्यात पृथ्वीचा धूसर रग परावर्तित झाल्याने ढगाना अधिकच काळा रंग चढतो, त्यामुळे त्यांतून होणारे वक्रीभवन थाबते व सूर्यकिरणांची झिलई त्यांना चढविली जात नाही.

(३) धुराडच्यातून काजळी खाली पडते. हवा कोरडी असल्याने काजळी धुराडचाला नेहमी चिकटून राहते. पर्जन्यवृष्टीपूर्वी हवेचा दाब कमी होऊन काजळी हवेतील पाण्याने दमट व ओलसर होते व ती जड झाल्याने साहजिकच खाली पडते.

(४) सूर्य निस्तेज होतो, चद्राला खळे पडते. मेघ-निर्मितिसाठी आवश्यक असलेली वाफ वर जाऊन तिचे ढग बनल्यावर त्यातून चद्र-सूर्य

(१०७) सूर्य मावळला तरी संधीप्रकाश मागे राहतोच कीं नाही ? त्याचप्रमाणे सहवास संपला तरी त्याच्या स्मृति कायम राहतातच.

प्रकाशतात, तेव्हा साहजिकच त्याचेभोवती प्रकाशवलय निर्माण होऊन, खळे पडते.

(५) लाकूड दमट हवेने फुगतें व करकरूं लागते.

(६) समुद्राची भरती पुरी होऊन ओहोटी सुरू होते.

(७) बोटीचा धूर खाली झुकून तो तरगताना दिसतो.

(८) भिंती ओलसर होतात.

ह्िऱ्याविषयी काही गैरसमजुती

(१) खरा हीरा पाण्यात तरंगतो हे चूक आहे. हीरा पाण्याच्या ३ ५२ पट जड आहे. गाळाच्या थरातून हिरे गोळा करताना या जडपणाचा उपयोग होतो.

(२) ऐरणीवर ठेऊन घण मारल्यास तो फुटतो. ही ही समजूत चुकीची आहे. हीरा नैसर्गिक अगर कृत्रिम अशा सर्व पदार्थात अत्यंत कठीण आहे पण त्याचबरोबर तो ठिसूळही आहे. हिऱ्याना पैलू पाडणारे कारागीर हिऱ्याच्या भिदुरतेचा (Cleavage) आभ्यास करतात व नेमक्या रेषेवर छिनीचा नाजुक ठोका मारून नैसर्गिक हिऱ्यातील दोष (Inclusions) काढून टाकतात.

(३) हीरा अथवा हिरकणी खाल्ल्याने माणूस मरतो हेहो चूक आहे. काचेचा तुकडा खाल्ल्याने जो अपाय होईल त्याहून जास्त अपाय हीरा खाल्ल्याने होत नाही. किंबर्ले येथील कामगार हिरे चोरून नेण्यासाठी हिरे गिळतात असे आढळून आले आहे.

(४) ढेकणाच्या रक्ताने हीरा फुटतो अगर ढेकणाच्या रसाचा हिऱ्याचे भस्म करण्यासाठी उपयोग होतो हेही चूक असल्याचें आढळून आले आहे.

साबणाचे उपयोग

(१) फाऊटन पेन जर तोंडापासून गळत असेल तर तेथे साबण घासा व मग आटे बद करा, गळणे थाबेल.

(२) लाकडात स्क्रू जात नसल्यास, त्याच्या टोकाला थोडा साबण लावावा, म्हणजे स्क्रू सहजपणे आंत जाईल.

(१०८) ढीगभर आश्वासनापेक्षां टीचभर मदत बरी.

(३) टेबल अगर .कपाटाचे खण पुढेमागे लोटताना कुरकुर वाजतात अशावेळी घासल्या जाणाऱ्या कडावर ओलसर साबण घासावा म्हणजे कुरकुरणे बद होईल.

(४) कंदील फुटून तेल गळत असेल अगर स्पिरिट-लॅंपमधून तेल बाहेर येत असल्यास अगर गॅसच्या नळीतून गॅस बाहेर येत असल्यास किंवा पेट्रोलच्या नळीतून पेट्रोल येत असेल तर तेथे साबण दाबून बसवावा म्हणजे गळणे थाबेल.

(५) तेलकट अगर घाणीचे काम करताना हातावर साबणाचा खूप फेस करून तो जिरवावा व मग काम सुरू करावे काम झाल्यावर हात चटकन् धुतले जातात.

(६) साबण चेहऱ्यावर लाऊ नका, तर हातावर घेऊन त्याचा पुरेसा फेस करून तो चेहऱ्यावर चोळावा म्हणजे फेस चेहऱ्यावर सर्व ठिकाणीं लागला जाऊन चेहरा स्वच्छ निघतो.

डाबरी कोळसा व हीरा

डाबरी कोळसा व हीरा ही एकाच मूलद्रव्याची दोन रूपे आहेत. कार्बन हा मूलद्रव्य असलेला कोणताही पदार्थ भयकर तपमान व अति प्रचड दाब याच्या आश्रयाने राहिल्यास त्याचा हीरा बनतो असा प्रचड दाब व तपमान नैसर्गिकरित्या पृथ्वीच्या पोटात २४० मैल खोलीवर असतो. कृत्रिमरित्या असे तयार करायचे झाल्यास एका चौरस इंचावर १६०००० पौण्ड दाब देणारा राक्षसी प्रेस व ५०००° फॅ. इतकी उष्णता देण्याची व्यवस्था केल्यावर शास्त्रज्ञानी बारिक हिरे तयार केले. कठीण पदार्थ घासण्यासाठी वा कापण्यासाठी असे कृत्रिम हिरे वापरतात.

गार कशी तयार होते ?

वादळी वाऱ्याच्या कचाटयात सापडलेल्या विशाल मेघाच्या वरील बाजूकडील वाफ थड झाली कीं, तिचे सूक्ष्म हिमकण बनतात व मग हे हिमकण हलके हलके खाली येऊ लागतात; पण वारा त्या कणाना पुन्हां

(१०९) गेलेल्या संधीबद्दल रडत बसण्यापेक्षां येणाऱ्या संधीचें स्वागत करा.

वर भिरकावून देतो, नंतर त्या हिमकणांभोंवतो आणखी हिम जमतें व पूर्वीपेक्षा जड झालेले ते हिमकण पुन्हां खाली येऊ लागतात; मागील प्रसंगाची आणखी पुनरावृत्ति होते अन् हिमकण अधिक जड बनतात. अशारीतीने २, ४, १० वेळा वरील प्रसगाची पुनरावृत्ति होऊन प्रत्येक वेळी हिमकणावर बर्फाचा नवा पापुद्रा चढत जाऊन त्याची गार बनते.

आकाशातील विजापासून बचाव

विषुववृत्तावरील प्रदेशात विजेचे उत्पात जितके होतात तितके अितर अंक्षांशाच्या प्रदेशात होत नाही डोंगर-मुलखात व समशितोष्ण कटिबधात विजा पडण्याचा संभव जास्त. अतिशय विजा चमकून पडण्याची भीति वाटत असल्यास आगीपासून, शेगडीपासून, एकटे दुकटे वृक्ष, तारांची कुपणें, कुपणाच्या भिती, गवताची गजी, नदी-तलावाचे काठ, माणसाची गर्दी इत्यादि गोष्टी टाळाव्यात. खड्डा व चर, बद झोंपडी अगर गाडीचाही आसरा घेण्यास हरकत नाही. वीज पडून जेव्हां मृत्यु येतो तेव्हा डोक्याच्या कातडीखालून जोराचा स्राव बाहेर पडतो, कातडीवर कोणत्याही प्रकारची इजा होत नाही, शरीरावर आगीमुळे चट्टे पडतात; टोपी घातलेली असल्यास तिला टाळूच्या जागी मोठे भोक पडते व कपडयाच्या फाटून चिंध्या चिंध्या होतात.

पॉलिशचे प्रकार व कृति

(१) सोन्या-चादीच्या भाडयाचें पॉलिश:–

प्रेसिपिटेड चॉक...... १ औस
लिकर अमोनिया.....३ औस } याचा लगदा करून त्यात मेथिलेटेड स्पिरीट २ औस मिसळावें व पॉलिशप्रमाणे भांडयावर चोळावे.

(२) तावदाने स्वच्छ करण्यास वॉशिग सोडा २ औस व साबण १ औस व पाणी यानी तावदानें स्वच्छ धुऊन मग साध्या पाण्याने धुऊन स्वच्छ फडक्याने पुसून काढावीत.

(३) लाकडाचे पॉलिश तयार करण्यास पिवळे मेण ४ औस व राळ

(११०) स्वतः गटारांत उतरल्याशिवाय दुसऱ्याला गटारांत धरून ठेवणं कोणाला कसं शक्य आहे!

१ औस घेऊन मंद विस्तवावर दोन्ही एकजीव झाल्यावर त्यात ४ औस टर्पेटाईन टाकावे.

(४) तांबे, पितळ वगैरे भाड्याना लकाकी आणण्यास प्रेसिपिटेड चॉक २ औस, प्युमिस स्टोन अथवा मंगलोरी कौलाची २०० मेशची पूड १ औस, स्पिरिट ४ औस, टार्टरिक अथवा ओलिक ॲसिड–१ ड्राम व अमोनिया लिक्वीड–४ औस बाटलीत भरून घट्ट बूच लाऊन ठेवा.

सराफाकडे दागिने मोडतांना

सराफाच्या दुकानातील शे. ९० दागिने स्त्रियाच्या अगावरचे असतात. शे. ५ टक्के लहान मुलाच्या अंगावर घालण्याजोगे असतात, व उरलेल्या ५ टक्क्यात देवांची उपकरणी, ताट, वाटी, भाडे, चमचा इत्यादि गोष्टी मोडतात. सर्वसाधारणपणे दागिना तयार करताना दागिन्याला किती डाख लागला हे सराफालाच विचारून घ्यावे, व दागिन्याच्या पावतीवर लिहून ठेवावे. कारण यदाकदाचित् दागिना मोडण्याची वेळ आली तर दागिन्याला दिलेल्या डाखाचे प्रमाण अवाच्यासवा वाढविले जात नाही. सोन्याचा डाख म्हणजे २ भाग सोने, १ भाग ताबे व १ भाग शुद्ध चांदी असे असते. तर चादीचा डाख २ भाग शुद्ध चांदी, १ भाग ताबे व १ भाग जस्त असा असतो. हे डाख सोन्या व चांदीपेक्षां अनुक्रमे लवकर वितळतात.

सराफ हे अस्सल दागिने सोन्याच्याच भावात विकतात किवा सोनाराकडे ४ तोळे सोने दिले तर तो ४ तोळे सोन्याचा डाखी दागिना गिऱ्हाईकाच्या हातांत देतो सोनाराची ही मधली किफायत गिऱ्हाईकाला लुबाडत असते. १ तोळ्याच्या सोन्याच्या पुतळ्या घेऊन सराफकट्टयावर मोडण्यास गेले तर ९२ रु. सोन्याच्या भावाचा सराफ ९० रु. मोडण्याचा भाव धरून ४ गुजा डाखाचे पैसे कमी करून गिऱ्हाईकाच्या हातात ८६ रु. च देतो. वास्तविक ४ गुजा डाख धरला तरी त्यांत २ गुजा सोनेच असते. प्रामाणिक सराफ २ गुजाच डाख कापील. ज्या ठिकाणी कमीतकमी डाख सागितला जाईल तेथेच दागिना मोडावा. बांगड्या, आगठ्या, सर हे दागिने लवकर

(१११) काम नवरा करतो, पण त्याच्या पगाराबद्दल कुरकुर करते ती नेहमी बायको.

झिजू नयेत म्हणून त्यात थोडे तांबे मिसळतात, मोडताना मात्र गिऱ्हाईकाचें नुकसान होते. दागिना घेतांना आंतील ताब्याकडे बघत नाहीत. मोडतांना मात्र ताब्याचे वजन कापतात व सोने तेवढे कमी प्रतिचे आहे असे मानतात; त्यामुळे दागिने शक्यतोवर न मोडणेच श्रेयस्कर पडते.

खऱ्या मोत्याचे सहा गुण

(१) रवेबद गोलदारपणा. (२) वजनदारपणा; खरे मोती सोन्या अगर शिशासारखे जड असतात, सारख्याच आकाराचे खरे मोती कल्चर मोत्यापेक्षा १। ते १॥ पट वजनदार भरतो ताजे मोती वजनदार असतात, जसजशी वर्षे जातात तसतसे मोत्याचे वजन नकळत कमी भरते. (३) कठीणपणा. थरावर थर बसून झालेल्या खऱ्या मोत्यावर लहानशा हातोड्याचाही फार मोठा परिणाम होतो. (४) सौम्य सतेजता—मोत्याच्या आंतील भागातून प्रकाश वर येत आहे असे वाटते. खोटया कल्चर अगर जपानी मोत्याचे तेज एकदम भडक वाटते व कालांतराने ते एकदम निस्तेज होते. (५) निष्कलंकता—कोठल्याही प्रकारचा तेलकट डाग नसणे, मोत्याच्या आतमधेही कुठलाही डाग नसतो. (६) तुळतुळीतपणा हा स्पर्शाला व डोळयाना जाणवला पाहिजे. मोती आतर्बाह्य तुळतुळीत हवेत. मोत्यावर आतून अगर बाहेरून भेग अथवा चीर हा दोष समजावा तसेच मोत्यावर खोलगटपणा, 8 या आकाराचे मोती, काळे डाग, आतील बाजू चिरल्यासारखे वाटणें हे मोत्याचे (खऱ्या व कल्चर) प्रमुख दोप समजावेत.

सूर्याविषयी थोडे

(१) सूर्योदयाच्या व सूर्यास्ताच्या वेळीं सूर्य लांबट आकाराचा दिसतो.

(२) घारीखेरीज दुसरा कोणताही पक्षी सूर्याकडे पाहू शकत नाही.

(३) सूर्य हा पृथ्वीपेक्षा १३ लक्ष पट मोठा आहे.

(४) सूर्यप्रकाशाची बरोबरी करण्यास ४५५००० चंद्र एकत्र करावे लागतील.

(५) सूर्यापासून निघालेले प्रकाश-किरण पृथ्वीवर अवघ्या ८ मिनिटांत

(११२) डॉक्टर रोग्याना जगवितात, यापेक्षा रोगी डॉक्टरना जगवितात हेच अधिक खरे आहे.

पोहोचतात, तर ध्रुव-ताऱ्यापासून निघालेले प्रकाश-किरण पृथ्वीवर पोंचण्यास ४६ वर्षें लागतात.

(६) दिल्लीला सूर्याची छाया दक्षिणेकडे कधीच पडत नाही, तर लाहोरमधे सूर्य डोक्यावर आलेला लोकाना कधीच दिसत नाही.

(७) ध्रुवावर सूर्य वर्षातून एकदाच उगवतो व मावळतो.

(८) पृथ्वीपासून सूर्य ९ कोटी, ३० लक्ष मैल लाब आहे, व १ लाख वर्षांनी पृथ्वी सूर्याकडे १ सेंटिमीटरने ओढली जात आहे.

सात वाराचा अनुक्रम कसा ठरला?

सर्व धर्मांनी व देशानी वार ७ च मानले आहेत. एवढेच नव्हे तर हिंदु, मुसलमान, यहुदी, ख्रिश्चन वगैरे लोक प्रत्येक वाराला सारख्याच नांवानें संबोधतात. वाराचीं नावें ग्रहावरून दिली आहेत. पुराणकाळी पृथ्वी केंद्रस्थानी मानली व ७ ग्रहही पृथ्वीच्याच भोवती फिरतात अशी ज्योतिषांची श्रद्धा होती. सर्वांत दूर शनीची कक्षा, नंतर गुरु, मगळ, शुक्र, बुध, चद्र असें मानलें जाई आजसुद्धा हाच क्रम मानला जातो. फक्त पृथ्वी व सूर्य यांच्या स्थानांची आदलाबदल झाली आहे. जुने ज्योतिषी या ७ ग्रहाना २४ तासाचे स्वामी समजत. अशारीतीने प्रत्येक दिवसात सर्व ग्रहाची २१ तासात ३ वेळा पाळी येई. तरी ३ तास उरतच; तेव्हा परत पहिल्यापासून क्रम सुरू होऊन त्या दिवशीं पहिल्या ३ ग्रहांना स्थान मिळून दुसऱ्या दिवशीं ४ थ्या ग्रहापासून सुरुवात होई. पहिल्या दिवशी शनि, गुरु, मंगळ, सूर्य, शुक्र, बुध, चद्र हे ग्रह ३ वेळां फिरूनही दिवसाच्या शेवटीं पहिले ३ ग्रह फिरत; त्यामुळे दुसऱ्या दिवशीं सूर्यापासून सुरुवात होई असे ७ दिवस झाल्यावर त्या त्या दिवशीच्या सुरुवातीचा ग्रह त्या त्या दिवसाचा स्वामी बनून सध्याच्या प्रमाणें रवि, सोम, मगळ, बुध, गुरु, शुक्र, शनि याप्रमाणें ग्रहाची योजना झाली. पहिल्या पहिल्यादा (व अजूनही यहुदी लोक.त) शनिवारपासून सप्ताहारंभ मानण्यात येई व त्यामुळे शेवटी येणारा शुक्रवार अजूनही मुसलमानांत विश्राम-दिन मानतात.

(११३) जोपर्यंत स्त्रीचें पावित्र्य अढळ असते तोंपर्यंत तिचा स्वाभिमान जागृत असतो.

भूगर्भांतील खनिजें शोधण्याचे प्रकार

खनिजे शोधण्याचे ६ प्रकार आहेत.

(१) भूगर्भ-शास्त्रीय निरीक्षण (Geological Survey) भूगर्भांतील थराथराचे वर्गीकरण करून त्याचे रासायनिक विच्छेदन (Chemical Analysis) केलें जातें बर्नरच्या ज्योतीवर जाळून, ज्योतीच्या रंगाचा अभ्यास केला जातो किंवा खडक घांसून त्याच्या पातळ Slides बनवून त्याच्या स्फटिकाच्या आकारावरून (Crystallography) धातूच्या घटकाचा अभ्यास केला जातो. (२) चुंबक-सुईच्या अनुरोधाने सुईच्या वळणाच्या दिशा व वळण्याचे प्रमाण यावरून साठ्याचे स्थळ व आकारमान यासबधी निष्कर्ष काढला जातो. चुबक-क्षत्रात घनमध्यम आल्यास चुबकीय परिणामात बदल होतो, यावरून शिशासारख्या घनपदार्थाच्या सांठ्याचे सशोधन करता येते. (३) गुरुत्वाकर्षणाच्या नियमाने मोठी वस्तु छोटया वस्तूस वजनाच्या प्रमाणात आकर्षित करते म्हणून ओळबा भू-पृष्ठाशी लब राहतो, ओळब्याशेजारी एखादा मोठा घनपदार्थ आणल्यास ओळब्याची दिशा व झोक्याचा वेळ बदलतो. वजनदार व घनपदार्थाचा साठा या पद्धतीने शोधून काढता येतो, (४) जमिनीत खोलवर जेथे साठा आहे असे वाटत असल्यास कृत्रिम स्फोट करून कृत्रिम भूकपाच्या लाटा ३ वेगवेगळया आलेखावर नोदवल्या जातात. भूकपाचें स्थान ३ ठिकाणाहून सारखेच भरते, लाटा पोचण्यास लागणारा वेळ साठ्यामुळे बदलतो व त्यावरून साठयातील धातू ओळखतात. (५) जायगर म्युलर काऊन्टर (Giger Muller Counter) या उपकरणाच्य साहाय्याने किरणोत्सारी खनिजे शोधून काढता येतात. (६) ध्वनिलहरी भूगर्भांत पाठवून निरनिराळ्या साठ्यातून जाताना त्याना लागणारा वेळ नोद केला जातो व साठ्याचे अनुमान निश्चित केले जाते.

डिझेल इजिनायिषयी महत्त्वाची माहिती

इजिन जर एकाच ठिकाणी ठेवायचें असेल तर आडवे, कमी गतीचें

(११४) म्हाताऱ्याचा सल्ला घेऊ नका; अनुभविकांचा घेत चला.

"ओपन बेड" इजिन बरे, पण जर त्याची जागा सारखी बदलायची असेल तर उभें इजिन बरे, कारण ते हलके असून इकडे तिकडे हालविण्यास सोपे जाते.

आडव्या धर्तीचे मंद-गतीचें इजिन अनेक वर्षें उत्तम काम देतें. त्याची झीज थोडी होत असल्याने ते १५ ते २५ वर्षें सहज टिकते. डिझेल इंजिनमधील डिझेल तेल पेट्रोलपेक्षा २/३ पटीने स्वस्त असून त्या इजिनच्या अधिक कार्यक्षमतेमुळे १ गॅलन डिझेल १ गॅलन पेट्रोलपेक्षां जास्त काम देऊं शकते. साधारणपणे छोटे उद्योगधदे (बागायतीस पाणी पुरविणे, टरफलें काढणे, धान्य दळणे, गळिताची धान्ये फोडणे, कातणें, ऊसाचे गुऱ्हाळ, लांकूड कापणे, खेळणी बनविणे, खडी फोडणें, वीज-निर्मिति इ) चालविण्यास ५ ते २५ अश्वशक्तीची डिझेल इजिने सर्वत्र वापरली जातात. बहुतेक भारतातले सर्व कारखाने मंदगतीची आडवी इजिनेच तयार करतात; पण किर्लोस्कर कपनीचा कारखानाच द्रुतगतीची इजिने तयार करतो. ५ हॉर्स पॉवरच्या द्रुत व मंद गतीच्या इजिनात जवळ जवळ ८०० रु. चा फरक पडतो. द्रुतगतीचीं इजिने स्वस्त पडतात. सारख्याच अश्वशक्तीच्या पेट्रोल व डिझेल इजिनमधे, डिझेल इंजिन १० ते १५ टक्के मोठ्या आकाराचें व २० ते २५ टक्के जास्त जड व त्या प्रमाणात महागही पडतात. डिझेल इंजिनामधे उत्पन्न होणारे दोष त्रासदायक होण्यापूर्वी त्याची चाहूल लागते, शिवाय डिझेल तेल ज्वालाग्राहीही नसते आणि योग्य प्रकारचें तेल न मिळाल्यास दुसऱ्या प्रकारचे तेल वापरूनही इजिन चालविता येते.

महर्षि मनूची जलपरीक्षेची लक्षणें

(१) ज्या ठिकाणी झाडेझुडपे निरंतर हिरवीगार राहतात. (२) ज्या ठिकाणी भुईकमळ, तालीमखाना, वाळा, चिकणा, देवतळ याची बेटं आहेत. (३) ज्या जागेतील दगडाचा रग मध, तूप, पारवा यासारखा किंवा तांबडा असेल तर (४) वेताचे बेट असलेल्या ठिकाणच्या पश्चिमेस सुमारें ३ हातापलीकडे ७॥ हात खोलीत पाणी मिळेल, (वराहमिहीर सशो-

(११५) घेणाऱ्याचा हात कधी दमत नाही आणि आचारी कधीं भुकेला राहत नाही.

धन). (५) पळस व बोर ही झाडे एकत्र असून त्याच्याजवळ वारूळ असेल तर ३ हातापलीकडे १६॥ हात खोलींत पाणी मिळेल. (६) सात-विणीचा वृक्ष वारुळाश्रीत असेल तर त्या वृक्षाच्या उत्तरेस २५ हाताखालीं उत्तरेकडून आलेला गोडया पाण्याचा झरा मिळेल. (७) औदुबर वृक्षा-पासून ३ हात जागा सोडून १२॥ हात खोलीत चागले पाणी मिळेल. (८) पळस, उबर, वड हे एकत्र आढळतील तर त्याच्या खालीं १५ हात खोलीत उत्तरेकडून येणारा झरा आढळेल. (९) वृक्षाश्रित, वृक्ष वारुळाश्रित, भूपृष्ठातील परिस्थित्यनुरुप वनस्पत्याश्रित, पाषाण परिस्थित्यनुरूप इत्या-दीचें सशोधन करून पाण्याचे स्थळ निश्चित करतात. (१०) 'त्रूल' नांवाच्या झाडाची फादी तोडून आणून Y या आकाराप्रमाणे कापावी नंतर वरील दोन टोके हातात धरून बुधा आपल्याविरूद्ध दिशेला क्षीति-जाकडे करावा, खाली पाणी असल्यास ही हातातील फादी थरथरूं लागेल व अगात चमत्कारिक सवेदना निर्माण होतील. काही ठराविक माणसांनाच असे थरथरणे जाणवू लागते.

वनस्पतीना रगीबेरंगी फुलें कशी येतात ?

वनस्पतीचा लहानांत लहान भाग म्हणजे पेशी (cell). पेशीचे २ भाग असतात. वरच्या भागात पाण्यात विरघळलेले रग असतात तर आतल्या भागात (Sap) पाण्यात न विरघळणारे रग असतात. या रगात अन्थोसाय-निन्स' चा समावेश होतो. या 'अन्थोसायनिन्स' चे अनेक प्रकार आहेत; त्यामुळे लाल, हिरवा, जाभळा, निळा, गुलाबी इत्यादि रगच्छटा फळा-फुलाना येतात. वनस्पतीमध्ये सायट्रिक अॅसिड, फॉर्मिक अॅसिड, युरिक अॅसिड इत्यादि आम्लें व सोडा, अमोनिया इत्यादि आल्कली असतात. त्यामुळे रगीत पदार्थांचे रग बदलतात. दोन पदार्थ एकत्र आणले म्हणजे त्याचे रग बदलतात व त्यावर तिसऱ्याच अपेक्षित रगाची छटा येते. फुलांमधे एकापेक्षा जास्त 'अन्थोसायनिन्स' किंवा तत्सम रगित पदार्थ

(११६) बायका बी. अे. झाल्यावर त्याना फक्त एकाच गोष्टीचें ज्ञान होतें आणि तें म्हणजे, "आपण बी. अे. झालों नसतों तरी चाललें असते" हे होय.

असले म्हणजे त्याचे मिश्रण होऊन फुलाला निराळयाच रगाची छटा प्राप्त होते.

पद्म-पुराणांतील पृथ्वीचें वर्णन

पृथ्वीचा आकार सत्र्यासारखा गोल नसून तो प्रफुल्ल कमल-पुष्पाच्या आकाराप्रमाणें आहे असे पद्म-पुराणांत पृथ्वीचे वर्णन केलेले आहे. या कमल-पुष्पास ७ पाकळ्या असून तीच सप्तद्वीपे होत. तसेच समुद्रही ७ असून प्रत्येक द्विपानंतर एक समुद्र अशी ढोबळ रचना कल्पिली आहे. त्याचा ओळीने अनुक्रम असा–(१) जंबूद्विप (२) क्षारसमुद्र (३) प्लाकक्षद्विप (४) इक्षुसागर (५) शाल्मलिद्विप (६) सूरसागर (७) कुशद्विप (८) (८) घृत समुद्र (९) क्रौचद्विप (१०) क्षोरसमुद्र (११) शकद्विप (१२) दधिसागर (१३) पुष्करद्विप (१४) शुद्धोदकसागर. ही द्विपे व सागर एकापेक्षा एक मोठमोठे होत गेलेले आहेत. आधुनिक शास्त्रद्वारें परीक्षण करता वरील वर्णनात बरेच तथ्य आहे असे निदर्शनास आले आहे.

वीज म्हणजे काय ?

विद्युत् ही कणाची बनलेली आहे असे योगशास्त्राचे सागणे आहे. हें विधान मॅडम ब्लॅव्हॅट्स्की याच्या इ. स. १८८८ साली प्रथम प्रसिद्ध झालेल्या ‘सिक्रेट डॉक्ट्रीन’या पुस्तकात केलेले आहे, त्यानतर सर टॉमसन्, क्रुक्स व इतर शास्त्रज्ञानीं १८९७ साली निर्वात काचेच्या नळीत विद्युत्प्रवाह सोडून वीज ही कणाचीच बनलेली आहे हें सिद्ध केले आहे. हे कण म्हणजे प्रोटॉन्स, इलेक्ट्रॉन्स हे होत. निर्वात काचेच्या नळीच्या एका बाजूने विद्युत्प्रवाह सोडला व नळीत अतिशय लहानसें ॲल्युमिनियम चक्र ठेवले तर विद्युत्कणाच्या माऱ्यामुळे हें चक्र फिरलेलें आपल्याला दिसू लागते; तसेंच नळीच्या या टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यन्त विद्युत्प्रवाह जात असतां तो कणांच्या स्वरुपात जात आहे असे आपल्या दृष्टीस पडते.

(११७) कीर्ति ही वाफेसारखी आहे, लोकप्रियता हा अपघात आहे, श्रीमंती वाऱ्यावर उडून जाते, कायम टिकणारी गोष्ट एकच, ती म्हणजे चारित्र्य.

दोन आणि दोन म्हणजे चार होतातच असें नाही

दोन गॅलनभर पाणि घेतले आणि त्यात दोन गॅलन आल्कोहोल टाकलें तर त्याचे मिश्रण ३⅘ गॅलनच होईल. याचें कारण असे की, पाणी व आल्कोहोल याच्या एकत्रीकरणानें त्याच्या अणू-रेणूत रासायनिक देवाण घेवाण होऊन मिश्रणाचे घनफळ ५ टक्क्यानी कमी होते. अशारीतीने घनफळात घट झाल्याने द्रवपदार्थाचें मिश्रण पूर्ण ४ गॅलन न होतां ३¾ गॅलनच होईल.

आवाजाची मर्यादा

(१) आगगाडीची शीळ ३३०० यार्डपर्यंत ऐकू येते.

(२) चालत्या गाडीचा आवाज २८०० यार्डापर्यंत ऐकू येतो

(३) कुत्र्याचें भोकणे १८०० यार्डापर्यंत ऐकू येते.

(४) नगाऱ्याचा आवाज १६०० यार्डापर्यंत ऐकू येतो.

(५) मनुष्याचा आवाज १००० यार्डापर्यंत जातो.

(६) मोठ्याने बोलल्यास स्पष्टपणे ६०० यार्डावरून व्यवस्थित ऐकू येते.

पाण्याची शक्ति

१५० फूट उचीवरून १ घनफूट पाणी खाली पडले तर त्यापासून १० किलोवॅट किंवा १ युनिट वीज निर्माण होऊ शकते; म्हणजे रस्त्यावरून ४० मैल वेगाने १२ अश्वशक्तिची मोटार चालविण्यास जेवढी प्रेरकशक्ति लागते, तेवढी मिळू शकते. १०० माणसाच्या कामाऐवढे काम ती देते, असे म्हणायला हरकत नाही. एक किलोवॅट वीजेवर नेहमीच्या सामान्य उजेडाचे २५ दिवे पेटत राहू शकतात; किंवा २० फूट खोलीवरून पाणी पंपाने खेचून दरसाल ५० एकर जमीन भिजविता येते, अशा १००० युनिटवर उतारूची गाडी ५० मैल (ताशी) वेगाने चालविता येते. पाण्याच्या शक्तिवर निर्माण केलेल्या विजेमुळे दर युनिटमागे ५ टन कोळशाची दर-

(११८) दुसऱ्याच्या गुणाची प्रशंसा करण्याच्या वृत्तिमुळे जितके मित्र जोडले जातात तितके दुसऱ्या कोणत्याही उपायानें जोडले जात नाहीत हे लक्षांत ठेवा.

साल बचत होते. एक क्युसेक म्हणजे दर सेकदास १ घनफूट या गतिनें जाणारे पाणी. १ क्युसेक पाणी २४ तास वाहिलें तर २ एकर फूट पाणी साठते. १० लक्ष एकर फूट पाणी म्हणजे ४३५६०००० घनफूट पाणी.

चांदीप्रमाणे दिसणारे धातू

(१) कासें—- ५ भार तावे – १ भार कथील. —पांढरटवर्ण, कडक व ठिसूळ. कठीण पदार्थावर आपटल्यास आवाज.

—मोतिचूर, आंगठ्या, घंटा, जोडवा, मासोळचा, वाकडचा.

अलंकारावर घाव घातल्यास अलंकार तुटेल.

(२) कथील—-चांदीप्रमाणें परंतु झळाळी कमी, चादीपेक्षां जड, जास्त लवचिक, थोडचा तपमानास वितळणारा, सर्द हवेचा परिणाम होत नाहीं. लोखड गजू नये म्हणून रॉकेल-डबा, पत्रे यावर मुलामा देतात.

(३) जस्त—-शुभ्र झळाळी व निळसर झांक, ठिसूळ व कडक, घाव घातल्यास तुकडे, लोखडावर मुलामा देण्यास, पितळ, ब्रॉझ या मिश्र धातूस, चांदीचा डाख तयार करण्यास उपयोगी पडतो.

(४) ॲल्युमिनियम्—-चकचकीत पाढरा पण फार हलका. तारा, पत्रे, करण्यासाठी उपयोगी; विमानासाठीं, स्वयपाकाची भाडी तयार करण्या· साठी उपयोग. चादीपासून सहज वेगळा करता येतो.

(५) जर्मन सिल्व्हर—-पाढरटसर, साध्या आगीत रूप्याप्रमाणे आटत नाही, चादीबरोबर आटतो त्यामुळे चांदींत मिश्र करून रूपे बनवितात. ठोक अलंकार बनतात. कडी, तोडे, नक्षीदार अलंकार बनत नाहीत. तापवून लोखडाप्रमाणें घडविता येत नाही.

(६) चादी-पाढरी स्वच्छ, फार लवचिक, चिवट, मऊ दागिने सहज वाकविता येतात. आपटल्यास बद्द आवाज निघतो. ताबे मिक्स केल्यास लवचिकपणा जाऊन कडकपणा येतो. सुरती चादी—१। तोळे तांबे-मिश्रित. गावठी चादी— ते ५ तोळे ताबे-मिश्रित.

(११९) अभिमानाचा त्याग करणारा माणूस प्रेमास पात्र होतो, राग सोडलेल्यास दुःख होत नाही, अभिलाषा सोडलेला माणूस श्रीमंत होतो आणि लोभ सोडलेला खरा सुखी होतो.

(७) रुपे—चांदी + तांबे. रुप्याचे अलंकार वाकतील, पण मोडणार नाहींत. साधारण ६ ते ८ आणे भार तांबे मिक्स केल्यास बऱ्यापैकी रुपे तयार होते.

ॲल्युमिनियमची भांडी

ॲल्युमिनियमच्या भांड्यात वॉशिंगसोडा घालू नये; तसेच ॲल्युमिनि-यमची भांडीं धुतल्यावर चांगली वाळवावीत, कारण ती ओली राहिल्यास त्याचा पृष्टभाग खरखरीत होतो, व त्यावर बारिक खळगे पडतात. ही भांडी जळून खराब झाल्यास त्यांत एखादा कांदा उकडल्यास ती स्वच्छ होतात व भांड्याचे जळमट पाण्यावर येतें. कोणच्याही भांड्यास कांद्याचा वास येत असल्यास त्यांत बटाटा शिजविल्यास तो वास नाहीसा होतो. वापरून झाल्यावर सर्व भांड्यात लगेच पाणी ओतून ठेवावे.

डोळ्यांना आकाशांत तारे किती दिसतात?

चांगली दृष्टि असलेल्या माणसाला दुर्बिणीच्या साहाय्यावाचून फक्त ९००० तारे दिसतात, पण आपण एकाचवेळी सर्व आकाश पाहू शकत नाही, एका वेळी त्याचा फक्त अर्धा भागच आपल्याला दिसू शकतो म्हणून कोणत्याही एका वेळी ४॥ हजार तारेच आपल्याला दिसतात क्षितिजा-वरील बरेचसे तारे लोपल्यामुळे मोजायच्या वेळी फक्त ४००० तारेच मोजू शकाल, हे निरनिराळ्या शास्त्रज्ञांनी प्रयोग करून ठरविले आहे.

मेंदूतील वीज

शरीरातील सोडियम व पोटॅशियम ही दोन रसायने $\frac{1}{10}$ व्होल्टस् इतका विद्युत्प्रवाह निर्माण करतात, आणि एका कलेमधे (Nerve Cellneuron) हा प्रवाह उत्पन्न झाला म्हणजे तेथून तो दुसरीत, दुसरीतून तिसरीत असा एका क्षणांत जातो. डोळा व मेंदु यांचे उदाहरण घेऊ या. डोळ्यात १० कोटी प्रकाशज्ञ (प्रकाशकला) आहेत, पण डोळ्यातून मेंदूकडे जाणाऱ्या ज्ञानतंतूची संख्या फक्त १० लाख आहे, त्यामुळें जेव्हा १०० प्रकाशज्ञ कला एकदम एकेवेळी संदेश पाठवितात तेव्हाच मेंदूला त्याची जाणीव होते.

(१२०) कोर्टात न्याय मिळत नाही, कोर्टात जें कांही मिळतें त्यालाच 'न्याय' म्हणतात.

एकट्या दुकट्या ज्ञानतंतूचा संदेश मेंदूपर्यंत जाऊन पोहोचत नाहीं, जेव्हा खूप फेरबदल होतो व पुष्कळ ज्ञानतंतू संदेश पाठवितात, तेव्हाच ते मज्जासंस्थाच्या फटीवरून उडी मारून जातात, आपली मज्जासंस्था सलग नाही, त्यात मधेमधे फटी (Synapse) आहेत. मेंदूच्या जितक्या जास्त भागाचा तुम्हाला उपयोग करता येईल, म्हणजे मेंदूतील विद्युत्प्रवाह जितका जास्त बलवान् तितके तुम्ही अधिक बुद्धिवान्. जेव्हा मेंदूतील ही विद्युत्योजना बिघडते, तेव्हा मनुष्य वेडे चाळे करू लागतो.

दिवा विझतांना मोठा कां होतो ?

दिवा जळत असताना ज्योतीतील तेल केशाकर्षण शक्तिमुळे एकसारखे जळत असते किंवा वर चढत असते. दिवा प्रकाश देताना तेलच जास्त जळत असते, त्यामानाने ज्योत फारच कमी जळते, दिव्यातील तेल संपलें की, तेलाचा प्रवाह सपतो व ज्योत सुताची असल्याने एकदम पेट घेते, त्यामुळे थोडा जास्त प्रकाश दिसतो.

कपड्यावरील डाग काढणें

चहाकॉफीचा डाग नुकताच पडला असल्यास थंड पाण्याने निघतो. डाग पक्का झाल्यास कपडा ओला करून उकळत्या पाण्यात टाकणखार विरघळवलेले पाणी डागावर ओतावें; म्हणजे डाग साफ निघतो. गंजाचा डाग ऑक्झॅलिक ॲसिडने तेव्हाच निघतो. शाईचा डागही या ॲसिडने निघतो. खाद्यपदार्थांचे डाग बेन्झिनने अगर इथरने निघतात, तसेच कार्बन टेट्रॅक्लोराईड म्हणून बाजारात मिळणाऱ्या ज्वालाग्राही द्रावामुळे बरेचसे डाग साफ निघतात. तेव्हा डाग काढण्यास प्रथम साधेसाधे उपाय करावेत. लिंबाचा रस व मीठ, टाकणखारमिश्रीत उकळते पाणी, धोब्याकडील धुणे, बेन्झिन अथवा इथर, ऑक्झॅलिक ॲसिड व शेवटी कार्बन टेट्रॅक्लोराईडचा वापर करणें.

सुती अगर लोंकरीचा कपडा ओळखणें

(१) कपड्याचा अेखादा धागा काढून जाळून बघावा; सुती कपड्याच्या

धाग्याची राख होऊन उडून जाते. लोकरीच्या कापडाचा धागा जाळल्यास वास सुटून ' गोळी ' बनते.

(२) धुण्याचा सोडा कपभर पाण्यात घालून उकळल्यावर त्यांत लोंकरीचे धागे टाकल्यास ते चिकट होऊन त्यांतच विरघळतील. सुतावर मात्र काहीही परिणाम होणार नाही.

कपडे धुण्याची रीत

चोळया, पोलकी, लगोट, गंजीफ्रॉक, टॉवेल इत्यादि रोजचे कपड धुतांना साधारण कोमट पाणी करून त्यात हे कपडे भिजत घालावेत. फार उकळत्या पाण्यात कपडा भिजत घातल्यानें कपड्यावरील मळ पक्का होतो. उकळत्या पाण्यांत सोड्याची भुकटी टाकून ते पाणी कोमट झाल्यावर मग कपडे भिजविण्यास वापरावें. नतर कपड्याच्या जास्त मळलेल्या भागावर साबू चोळावा. रोजच्या धुण्याचे कपडे १ तास भिजत घातल्यास पुरतें. साबू लावून भिजवून ठेवल्यावर धुताना सबकणे व पाणी बदलणें ही ३।४ वेळा करावी, कपडे दगडावर आपटण्याची अगर लांकडाच्या दाडक्यानें कपड्यावर मारण्याची जरुरी नाही, अशाने उलट कपडे लवकर फाटण्याचा सभव असतो; तेव्हा सबकणें, पिळणे, पाणी बदलणे ही क्रिया करूनच कपडे जास्त स्वच्छ निघतात.

लोंकरीचे अगर रेशमी कपडे धुतांना

लोकरीचे कपडे धुण्यास फ्लेक्स वापरून अगर साबूच्या वडीचे अगदीं बारीक बारीक तुकडे करून पाण्यात विरघळल्यावर त्या पाण्यात कपडे भिजत घालून बरेचवेळा ते वरखाली करावे. मळ पूर्णपणे सुटला आहे असें वाटल्यास ते पाणी टाकून दुसऱ्या साबूच्या पाण्यात कपडे खळबळावेत. नंतर नुसत्या कोमट पाण्यात खळबळून साबू निघून गेल्यावर नुसते हाताने दाबून पाणी काढावे व थोडे हाताने ताणून वाळत टाकावे; पिळू नये. रेशमी कपडे धुण्यास मुगाची वा तुरीची अच्छेर डाळ रात्रीं पाण्यात भिजत टाकून दुसरे दिवशी ती कुस्करून त्यांत कढत पाणी ओतावे व त्यांत रेशमी कपडे

(१२२) जगांतील सर्वात अज्ञात प्रदेश आपल्याच टोपीखालीं नाहीं हे प्रत्येकाने तपासून पहावें.

अगर लुगडें भिजवावे. २–२।। तासानतर ४–५ गॅलन कोमट पाण्यात स्क्रन्स अमोनिया २–२।। औस घालून त्यात कपडे धुऊन मग थंड पाण्यांत खळबळावे व वाळत टाकावे. दमट असतानाच धुवट कपड्यात दाबून धरून इस्तरी करावी. रेशमी कपडे लोकरोच्या कपड्याप्रमाणें धुतले तरी चालतात, परतु खऱ्या रेशमाचे कपडे वरील पद्धतीनेच धुतल्यास चांगले. मुख्य म्हणजे पिळून कपडे धुऊ नयेत.

तेलमिश्रित रंगाचे डाग काढण्यास

टर्पेंटाईन व अमोनिया समभाग घेऊन डाग पडलेल्या ठिकाणी हे मिश्रण कपड्यावर जोराने चोळावे, नतर कपडा साबणाने व्यवस्थित धुवावा.



(१२३) स्वत.ची पत्नी, मिळणारे भोजन व धन या ३ गोष्टीत माणसानें समाधान मानावें, पण अध्ययन, जप व दान यांमध्यें तृप्तीचें समाधान मानूं नये.

विद्वानांच्या संवयी

(१) इतिहास–सशोधक म. म. द. वा. पोतदार याना तपकीर ओढण्याची फार सवय. तसेच कपडे बदलण्याचाहि त्याना फार शोक आहे.

(२) प्रा. न. र. फाटक यांना पान चघळण्याचे जबरदस्त व्यसन आहे, पान तोंडात असता कितीतरी जुन्या मनोरजक आठवणी ते सागतात.

(३) लोकसभेचे स्पीकर कै. दादासाहेब मावळकर घरात असले म्हणजे अर्धी चड्डी घालीत व सदरा न घालता उघडे राहणे त्याना फार आवडत असे.

(४) आचार्य अत्रे प्रत्येक शनिवारी न चुकता मारुतीच्या दर्शनास जातात.

(५) साने गुरुजीना लहान मुलाना गोष्टी सागण्याचा फार हव्यास असे.

(६) प. नेहरू व चि. द्वा. देशमुख याना बागकामाची फार आवड आहे. स्वत: झाडे व रोपटी लावून त्याची ते निगा राखतात.

(७) सी. व्ही. रामन् याना रहस्यकथा वाचणे फार आवडतें. चागल्या चागल्या रहस्यकथांचा सग्रह त्याचेपाशी आहे.

(८) रिसायतकार सरदेसाई याना लाकडे फोडण्याची फार हौस.

(९) मु रा. जयकर यांना फिड्ल् वाजविण्याचा फार नाद असे.

(१०) रोमचा सुप्रसिद्ध पोप यास लहानपणापासून कविता करण्याचा फार नाद. अभ्यासाकडे दुर्लक्ष करून कविता केल्यामुळे वडिलांनी त्याला मारलें, तेव्हा रडत रडत तो वडिलाना म्हणतो––

(१२४) माणूस स्वत:विषयी जितका कमी बोलेल तितकें त्याला इतरांच्या जीवनाशीं समरस होणें सुकर जातें.

" Father, Father Pity take
I shall no more verses make "

(११) रुझवेल्ट व पंचम जॉर्ज यांना पोस्टाची तिकिटे जमविण्याचा फार छद ोता.

(१२) आईन्स्टीनला फिड्ल् वाजविण्याचा फार नाद असे.

हात व हातावरच्या रेषा

टायपिंग करताना उजव्या हातापेक्षा डाव्या हातानेच अधिक काम करितां येते. जगातील निम्म्याहून अधिक लोकाचा ज्योतिषावर व हस्तसामुद्रिकावर विश्वास आहे, असे आढळून आलें आहे. त्याचबरोबर हातावरच्या रेषा म्हणजे दुसरे तिसरे कांही नसून स्नायूच्या क्रियेमुळे पडलेल्या घड्या होत, असेही काही शास्त्रज्ञाचे म्हणणे आहे. प्रत्येक मनुष्याच्या हातावर या रेषामधे फरक आढळतो. एवढ्याच आधारावरून हस्तसामुद्रिकानी आडाखे बाधले आहेत.

देवासाठी खर्च

मुबईसारख्या सुधारलेल्या प्रदेशात आजही भाविक लोक दररोज १७४४४ रु देवासाठी खर्च करतात. मुबईत एकूण ४३८ देवळे, १०३ मशिदी, २२ चर्च, १८ पार्शी अग्यारी, ८ जैन-मदिरे, १ बुद्धविहार इतकी पूजास्थाने आहेत. अग्यार्‍यात राज १५० पौड (म्हणजे जवळ जवळ ५०० रु. चे) चंदन जाळण्यात येते, देवळात १५ डबे तूप अथवा डालडा (१५०० रु. चें), चर्चमधे ५०० मेणबत्त्या (३०० रु) जाळण्यांत येतात. रोज २०००० नारळ (४००० रु.) देवापुढे ठेवण्यात येतात. या सर्व पूजास्थानात रोज ९० हजार लोक देवदर्शनासाठी जातात. या सर्व देवा-लयातून रोज (१६१७०० ताब्याचे पैसे) २६९५ रु. पुजारी जमा करतात, म्हणजे दर देवळांत रोज जवळजवळ ५ रु. चा खुर्दा जमा होतो.या बहुरंगी-

(१२५) भोपळ्याचा वेल मोडक्या तोडक्या काटकांच्या साहाय्याने वर चढतोच कीं नाही; मनुष्याचा अहंकारही आपला मोठेपणा सिद्ध करण्याकरितां मिळेल त्या साधनांचा आश्रय घेत असतो.

बहुदगी मुबईंत भाविक लोकाकडून एवढे दान करण्यांत येते हें अैकून जरा आश्चर्यच वाटेल.

आंकडयांबद्दल शकुन व अपशकुन

ज्याप्रमाणे पाश्चिमात्य लोकात १३ हा आकडा अपशकुनी समजतात त्याप्रमाणें आपल्याकडे शून्याविषयी असाच लोकभ्रम रूढ आहे. कोणत्याही सख्येच्या शेवटी शून्य आल्यास ते अशुभ मानले जाते. त्यामुळे आहेर, देणगी वगैरे देताना शेवटी १ हा आंकडा येईल अशा तऱ्हेनें दान करतात. दुसरा लोकभ्रम म्हणजे दुकानदार, भाजीवाले, दुधवाले वगैरे १ हा आकडा तोंडानें उच्चारायला भितात.म्हणूनच ते पहिल्या विक्रीला भवानी म्हणतात आणि माल देतांना पहिल्या मापास "लाभ ऽ" असे मानतात. प्रत्येक देशांत असें काहीना काही प्रकार रूढ आहेत. अिजा, बिजा तिजा हाही नियम बराचसा सत्य आहे, असें कित्येकाचें मत आहे.

वाचा व विचार करा

(१) लौकर निजला, लौकर उठला, तालमीत गेला, घासभर कमी जेवला, प्रामाणिकपणान वागला आणि एके दिवशी गाडीखाली सापडून मेला.

आणि

उशिरा निजला, उशिरा उठला, सिनेमाला गेला, तमाशा पाहिला, हॉटे-लांत गेला, मुर्गीमटण जेवला, अजीर्ण झाले, पोटदुखी झाली, पेन्शन घेतलें, प्रॉव्हिडट फड घेतला, घर बाधलें आणि ९५ व्या वर्षी एके दिवशी उचकीनें मेला.

(२) बाथरुम पाहिली, तलाव पाहिला, ब्लाऊझ पाहिले, पातळे पाहिली, कुत्रा–कुत्री पाहिली, बिछाना पाहिला, मेंदु वखवखला, हृदय तापले आणि अखेर नवकाव्य जन्मास आले.

(१२६) जरुरीपेक्षां अधिक वस्तू जवळ बाळगण्याची इच्छा करूं नका, ज्याच्याजवळ एक घडयाळ असतें त्याला किती वाजले हें नक्की कळतें; ज्याच्याजवळ दोन घडयाळे आहेत त्यांना किती वाजले हें नेमकें कधीच कळत नाहीं.

(३) भूक काहीं लागेना, चूल कांही पेटेना, नवरा मनास येईना, सासू कांही अैकेना, पैसा हाती येईना, पोरं व्हायची थाबेना, प्रेम जमेना, प्रेम पचेना, पाळणा सुटेना, केस बॉब केले,ओठ रगवले, ५ वारी विकत आणली, ' मनि ' विना मनिबॅग हातात घेतली, रिक्षा पकडली आणि कुठं तरी एक्स्ट्रॉ म्हणून वणवण भटकली.

(४) टाक घेतला, दौतींत बुडविला, कागद काढला, काडी आणली, विडी शिलगावली, झुरका मारला, कागद लिहिला, पोस्टात गेला, पाकीट आणल, पोस्टात टाकल, छापून आलं आणि अखेर लेखक (!) व्हायचं जमल.

पाहुण्यांच्या त्रासावर योजना

(१) दारावर खडखड वाजले की, कोट-टोपी घालून दार उघडावे; जर येणाऱ्या पाव्हण्याला टाळायचें असेल तर म्हणावें, " कृपा करून पुन्हा केव्हा तरी याल कां? जरा जरूरीच्या कामाला निघालोय् मी ! व हवें असणारे माणूस आले तर म्हणावे, " ओ हो, या या–आत्ताच बाहेरून आलोय् मी ! "

(२) टाळलेला मनुष्य जर म्हणत असेल की, " जेव्हा मी येतो, तेव्हा तुम्ही नेमके कसे बाहेर जातां ? " त्यावर आपण म्हणाव, " काय योगायोग बघा, तुमच्या आमच्या भेटीला मुहूर्तच लागत नाही. "

(३) आपल्याला नको असलेला इसम, परतु आपल्याला नेहमी घरी बोलावणारा जर रस्त्यात भेटला तर म्हणावे, " तुम्ही आम्हाला नेहमीं बोलावितां नि वेळात वेळ काढून आज तुमच्याकडे निघालो तर तुम्ही गर्दीतच दिसतां; असो आता पुढच्या खेपेस मात्र नक्की येईन ह ! "

विविध देशांतील लोकांचा स्वभाव

फ्रेंच लोक–बोलतात आणि काय करायचें ते त्यानंतर करून दाखवितात.

ब्रिटिश लोक–बोलतात आणि त्याचवेळीं ते करतात.

अमेरिकन लोक–प्रथम करतात आणि नंतर बोलतात.

(१२७) अहंकार व लोभ हें माणसाच्या ९९ टक्के दुःखाचें कारण आहे.

जर्मन लोक–बोलत नाहीत, म्हणजेच न बोलतां करतात.

रशियन लोक–बोलतात थोडें पण केलेलें जास्त दाखवितात.

जपानी लोक–बोलतात थोडें आणि करतात फार.

हिंदी लोक–बोलतात फार आणि करतात थोडे.

जगांतील सर्वात पुढारलेला देश–अमेरिका

(१) अमेरिकेत शे. ३३ टक्के कुटुबे जेवणाचे वेळीं प्रार्थना करतात.

(२) शे. ६० टक्के स्त्री–पुरुष चष्मा वापरतात.

(३) शे. ६० टक्के स्त्री-पुरुष मद्यपान व तितकेच जण धूम्रपान करतात.

(४) शे. ९६ टक्के लोक परमेश्वराचे अस्तित्व मानतात.

(५) १० पैकी ७ घरात माजरापेक्षां कुत्राच पसंत केला जातो.

(६) अमेरिकेत नवरा–बायकोंतींल भाडणे प्रथम पैशावरून होतात, दुसरे कारण मत्सर व तिसरे कारण मुले हे होय.

(७) कोणत्याही आईबापाला आपला मुलगा राजकारणांत पडू नये असे वाटते; कारण त्यात कुटीलपणा असतो.

(८) अमेरिकेत डॉक्टर्स व इंजिनियर्स या लोकाना फार मान दिला जातो, हे दोन पेशे सर्वांत मानाचे, असे समजले जातात.

शीख, पंजाबी, बंगाली व महाराष्ट्रीय

शीख माणसाला एखादा विनोद सागितला तर तो ३ वेळां हंसतो; इतराबरोबर हसले पाहिजे म्हणून एकदा, विनोद समजावून सागितल्यावर दुसऱ्यादा व विनोदातील मर्म ध्यानात आल्यावर तिसऱ्यादा. पजाबी माणूस विनोद सागितल्यावर २ वेळा हसतो. हंसले नाही तर वाईट दिसेल म्हणून एकदां आणि विनोद समजावून सांगितल्यावर दुसऱ्यांदा. बगाली गृहस्थ विनोद सांगितल्यावर एकदाच हंसतो; कारण विनोदातील मर्म त्याच्या लगेच ध्यानात येतें. महाराष्ट्रीय माणसाला मात्र विनोद सांगितल्यावर हसूच येत नाही, कारण त्याने अगोदरच तो ऐकलेला असतो.

(१२८) वाद कसा करावा हे लोकांना ठाऊक नसतं म्हणून ते वर्दळीवर येतात.

हें खरें असेल का ?

(१) पृथ्वीचा जन्मकाल २०० कोटी वर्षांपूर्वी.
(२) पृथ्वीवरील प्राण्याचा उद्भवकाल ३० कोटी वर्षांपूर्वी.
(३) मनुष्याचा जन्मकाल ३० लाख वर्षांपूर्वी
(४) ज्योतिर्विद्येचा जन्मकाल ३००० वर्षांपूर्वी.
(५) आधुनिक विज्ञानाचा जन्मकाल ३०० वर्षांपूर्वी.
(६) आणि पृथ्वीचा अंतकाल ?

कलियुगाचें वर्णन

दिवसेदिवस सत्य, पावित्र्य, क्षमा, दया, आयुष्य, बळ आणि स्मरणशक्ति याचा ऱ्हास होऊं लागेल. धर्म आणि न्याय या व्यवस्थेत धनालाच प्राधान्य मिळेल. परस्पराबद्दल वाटणारे आकर्षण हाच स्त्री-पुरुषांच्या विवाहाचा मुख्य आधार राहील. कुलगोत्राचा विचार होणार नाही. केंस ठेवणे हे सौन्दर्याचे लक्षण मानले जाईल. पोट भरणे हाच पुरुषार्थ समजला जाईल. चातुर्याने अधिक बडबड करणे हेच पांडित्य समजले जाईल. लाच देण्याची शक्ति नसल्यास न्यायालयात हार खावी लागेल. खरेदी-विक्रींत कपट जास्त दिसून येईल नीतिधर्म नाहीसा होऊन अनाचाराचें प्राबल्य जास्त वाढेल.

'नवा'चे साम्राज्य

नवरस—शृंगार, वीर, हास्य, करुण, रौद्र, भयानक, बीभत्स, शांत व अद्भूत.
नवरत्ने—माणिक, मरकत, कुलीहा, कुन्द, नीलम्, पुणराज, गुमेद, लहसाँमिया, मूँगा.
नवग्रह—सूर्य, चंद्र, राहू, बुध, गुरु, मंगळ, शुक्र, शनि व केतु.
नवतत्त्वे—आकाश, वायु, अग्नि, जल, पृथ्वी, काल, दिशा, आत्मा, मन.

---

(१२९) सकल्प आणि सिद्धि यामधे ईश्वर-इच्छा उभी असते यात शंकाच नाही.

नवभक्ति– श्रवण, कीर्तन, विष्णो.स्मरण, पादसेवन, अर्चन, वदन, दास्य, सख्य, आत्मनिवेदन.

ब्राह्मणाचे नऊ गुण–धृति, क्षमा, दम, अस्तेय, शौच, इद्रियनिग्रह, विद्या, क्रोध आणि त्याग.

विक्रमराजाची नवरत्ने––धन्वतरी, क्षपणक, अमरसिह, बैताल, शकू, वराहमिहिर, घटसर्प, बाण व कालिदास.

अकबराची नवरत्ने—-बिरबल, तोडरमल, अबुलफजल, फैजी, मानसिग, अबदुलरहिम, खानखाना, तानसेन आणि भगवानदास.

अेक गव्हाचा दाणा

एका गव्हाच्या दाण्यापासून ५० गव्हाचे दाणे निर्माण होतात. प्रत्येक दाण्याचे पुन्हा ५० दाणे निर्माण होतात. दुसऱ्या वर्षी हे २५०० दाणे होतील. तिसऱ्या वर्षी १२५००० दाणे निर्माण होतील; त्यामुळे ३०० माणसांचे एका वेळेला पोट भरू शकेल. ७ व्या वर्षी १५६२५२५००० व १२ व्या वर्षी २४४१४०६२५०००००० दाणे उत्पन्न होतील व हे उत्पन्न जगातील सर्व मनुष्याना (१ अब्ज ५६ कोटी लोकाना) १८८ वर्षे पुरेल असा अदाज शास्त्रज्ञानी बाधला आहे

मोठ्या हॉटेलात टिप्स का देतात?

पुष्कळ वेळा मोठ्या हॉटेलात गेल्यास आपण तेथील नोकराना 'टिप्स' देतो त्याची हकीकत अशी: १८ व्या शतकात इग्लडातील कॉफी हाऊसमधे एक पेटी ठेवण्यात येत असे. खाद्यपदार्थ ताबडतोब हवे असल्यास हॉटेलांत शिरल्याबरोबर लगेच तेथे काम करणाऱ्याच्या देखत एक नाणे पेटीत टाकल्यास त्या गिऱ्हाईकाची ताबडतोब दखल घेतली जात असे; त्या पेटीवर To Insure Promptness असे शब्द लिहित असत या शब्दांतील प्रत्येकाचे पहिले अक्षर घेऊन 'TIP' हा शब्द रूढ झाला. पेटीत जमणारे पैसे तेथे काम करणाऱ्यानाच मिळत असत.

(१३०) तुरुग रात्रदिवस बंद असतात; तरीपण ते नेहमी गच्च भरलेले असतात अन् मंदिरांचे दरवाजे रात्रदिवस उघडे असूनही ती मात्र पहावी तेव्हां रिकामींच!

मुसलमानांतील चार धार्मिक कृत्ये

मुसलमानांत खालील ४ गोष्टीना प्रमुख स्थान दिले जाते. १) नमाज (प्रार्थना), २) रोजा (उपास), ३) जकात (दानधर्म), ४) हाज (मक्केची यात्रा), जो ही यात्रा करून येतो, त्यास 'हाजी' ही पदवी बहाल करण्यात येते. या यात्रेतील महत्त्वाचा विधि म्हणजे अहराम (यात्रेचा पोषाख) चढवून 'हरम' (मक्केच्या मनोऱ्याच्या पवित्र भागात) मधे आल्यावर तवाफ (प्रदक्षिणा) घालून नमाज पडल्यावर 'साय' (सफा व मर्वा या दोन उचवटयामधे खेपा घालणे) करणे, व बकरी ईदच्या दिवशी बकरे कापून खुद्बा (प्रसाद) खाणे.

मोटारीविषयी थोडे !

अमेरिकेत दर ४ माणसामागे १ मोटार आहे इग्लंडमधे दर १५ माणसामागे १ मोटार आहे. हिदुस्थानात दर १३०० माणसामागे १ मोटार आहे. मोटारीचे सर्वसाधारण आयुष्य १२ वर्षे मानतात. अर्थात हे सर्व मोटार वापरणाऱ्यावर अवलबून आहे. भारतात मात्र मोटारीचें आयुष्य यापेक्षा कमीच धरतात. कारण रस्त्याचा घाणेरडेपणा व मोटारीची वेडीवाकडी दुरुस्ती यामधे मोटारीचे आयुष्य क्षीण होत जाते. भारतात आज शे. ५ टक्के देखील रस्ते डाबरी नाहीत. भारतांत प्रतिवर्षी साधारणपणे २०,००० गाड्या खपतात.

सर्वात सुखी माणूस

अमेरिकन नागरिकत्व व जपानी बायको मिळून रोज ज्याला चिनी पद्धतीचे जेवण मिळते तो पुरुष सर्वात सुखी होय; कारण अमेरिकन नागरिकत्व स्वतत्रता व श्रीमतीचे द्योतक आहे. जपानी बायको नवऱ्यावर अतिशय जीवापाड प्रेम करणारी असते व चिनी जेवण सर्वात उत्तम जेवण

(१३१) भाजीत चमचाभर मीठ किंवा चहांत दोन चमचे साखर टाकली म्हणजे जशी रुचि येते, त्याप्रमाणे प्रत्येक कामांत थोडासा तरी 'विठ्ठल' मिसळीत जावे म्हणजे त्याला गोडी येते.
तुका म्हणे चवी आले। जे का मिश्रित विठ्ठले ।।

म्हणून अखिल जगात प्रसिद्धी पावलेलें असतें; अशा या तिन्ही गोष्टींचा लाभ ज्याला नशिबाने झाला असेल तो मनुष्य सर्वांत सुखी म्हणून समजला जातो. ("सदा सर्व सुखी असा कोण आहे" या म्हणण्यास अपवाद !)

सेकंदांत काय काय घडू शकतें ?

एका सेकदात—

(१) गोगल गाय–१/२ इंच जाते.
(२) मनुष्य ४ फूट जातो.
(३) बर्फावरून घसरणारा–३८ फूट जातो.
(४) माशी–२४ फूट जाते.
(५) धावणारा माणूस–२३ फूट जातो.
(६) पृथ्वी–१८ मैल जाते.
(७) पाकोळी–२२० फूट जाते.
(८) झंझावात–३८० फुटाने वाहतो.
(९) ताशी ६० मैल वेगाने जाणारे आगगाडीचे इजिन ८८ फूट जातें.
(१०) ताब्याच्या तारेतील प्रवाह २१०० मैल जातो
(११) प्रकाश १८६००० मैल जातो.
(१२) चद्र २३५० फूट जातो.

आंगठ्याचे ठसे

ठोकळ मानाने वर्गीकरण करताना आगठ्याच्या ठशाचे ७ प्रकार विचारांत घेतले जातात. शखाकार, चक्राकार, कमानदार व याचेच मिश्रण असलेले आणखी ४ प्रकार. ठसा घेतल्यावर या ७ प्रकारातील त्याचा वर्ग कोणता हे ठरविण्यात येते व कार्डावर त्याचे निदर्शक असें अक्षर घालून मग त्या पुढील वैशिष्टचे त्यावर नोंदली जातात. आपल्या हाताचे २ आगठे शाईंत बुडवून कागदावर उमटले असता त्याच्या रेषा सारख्या प्रमाणात असण्याचा संभव ६४००००००००० लोकात फक्त १ या प्रमाणात असतो; असें आढळून आलें आहे. दोन ठशांतील साम्य ओळखून

(१३२) चिक्कार पैसा नशिबानच मिळत असला तरी बऱ्यापैकी पैसा कष्टानं नक्कीच कमवितां येतो.

तुलना करणे फक्त तज्ञ लोकानाच जमते. ते एक मोठे शास्त्रच आहे, त्यास Dactyloscopy म्हणतात.

बायका दागिना कां खरीदतात?

(१) त्याच्या पतिने तो मिळणार नाही असें सागितल्यानें त्याबद्दल जास्त उत्कठा मनाला लागून राहते. (उत्कठा).

(२) तिच्या शेजाऱ्यांना ती वस्तु घेण्याची अैपत नसते म्हणून. (श्रीमतीची बढाई).

(३) शेजाऱ्यापैकी कुणाजवळही तो दागिना नसतो म्हणून. (नव्याची नवलाई).

(४) तो दागिना सर्व शेजाऱ्यानी आधीच खरेदी केलेला असतो म्हणून. (कमीपणाची भरपाई.)

(५) सोन्या-चांदीच्या दुकानात चागले चागले कपडे घालून हिडतां यावें म्हणून. (स्वत.ला मिरविण्याची आयती सोय.)

विविध देशांची विविध नांवे

नॉर्वे..............मध्यरात्रीच्या सूर्याचा प्रदेश
रोम...............शाश्वत नगर
सयाम.............पाढऱ्या हत्तीचा प्रदेश
पामीर............जगाचे छप्पर
जपान ....हादरता देश, उगवत्या सूर्याचा देश
ल्हासा............त्याज्य शहर
ब्रह्मदेश...........स्त्रियांचे राज्य
अरबस्थान.........खजुराचा देश
मलाया............कथलाचा देश
न्यूयॉर्क..........गुलाबी–पिवळे शहर
ऑस्ट्रेलिया........धनगराचा देश

(१३३) झाड जरी आकाशाला टेकले असलें म्हणून काय झाले, त्याची पानें गळतांना ती कांही आकाशांत जाणार नाहीत, ती खालीच जमिनीवर पडणार.

क्युबा ....जगातील साखरेचे भाडार
बँकॉक...........जलनगर
पॅलेस्टाईन.........पवित्र भूमि
आयर्लंड ....हिरवे बेट
फिनलंड..........हजार टापूचा प्रदेश
पजाब ....पाच नद्याचा प्रदेश
होआगहो ... .चीनचे दु ख
जिनिव्हाचा किनारा (आफ्रिका).........गोऱ्या लोकांची कबर
मध्य अॅटलाटिक प्रदेश (कुन्हा–ट्रिस्टन)..जगाचा एकात टापू

सुखी होण्याचा सोपा मार्ग

तुम्हाला जर सुखी जीवन जगायचे असेल तर एका विद्वान, अनुभवी व तत्त्वज्ञानी पडिताने सागितल्याप्रमाणे तुम्ही खालील गुण आत्मसात करा की, तुम्ही चुटकीसरशी सुखी बनून जाल. प्रयोग जरूर करून पहा ते गुण असे: धैर्य, उत्साह, समाधान, निग्रह, उदारता, आनदी मन, त्याग, दानशूरता, मधुर भाषण, प्रेम, तळमळ, आभ्यासू वृत्ति, नीति, श्रद्धा, धडपड, सत्य, सहकार्य, सेवाभाव, चिकाटी, दृढता, समभाव,सद्विचार, सदाचार बधुभाव. फक्त एवढेच गुण अवगत करा म्हणजे झाले.

अमेरिकन फ्रीस्टाईल कुस्त्यामधील डावपेच

(१) बोस्टन क्रॅब–प्रतिस्पर्ध्याला पालथा पाडून त्याची कबर दाबणे व त्याचे दोन्ही पाय वर खेचणे.

(२) इडियन क्रॅब–प्रतिस्पर्ध्याला पालथा पाडून त्याच्या माडयांवर उभे राहणें व त्याचे हात मागें खेचणे.

(३) डेथ लॉक–प्रतिस्पर्ध्याचे दोन्ही पाय एकमेकांत अडकवून आपलाही पाय त्यात गुतविणे आणि प्रतिस्पर्ध्याचे गुडघे व घुटणे खिळखिळे करणे. (हरबानसिंग याकरिता प्रसिद्ध आहे.)

(४) म्युल किक्–वर उडून प्रतिस्पर्ध्याच्या छातीवर दुगाणी झाडणे (फ्लॅश गॉर्डन व वॉग बकली याकरिता प्रसिद्ध आहेत.)

---

(१३४) जगातील वाईट माणस खाण्याकरितां जगतात आणि चांगली माणसं जगण्यासाठी खातात.

(५) एरोप्लेन स्पिन–प्रतिस्पर्ध्याला वर उच उचलून हवेत गरगर फिरविणे व नतर त्यास जमिनीवर आदळणे. (दारासिंगची याबद्दल ख्याती आहे.)

(६) लेगस्प्लीट–प्रतिस्पर्ध्याला पालथा पाडून त्याचे पाय फेकाटणें.

(७) बुलरश–प्रतिस्पर्धी मुसडी मारून चाल करून येताच त्यास मानेवर अगर पाठीवर उचलून खाली आदळणे. (किंगकॉंग याबद्दल प्रसिद्ध आहे.

भारत व हॉलिवूड चित्रसृष्टि

	भारत	हॉलिवूड
(१) चित्रपटाचा सर्वसाधारण खर्च	२॥ लाख रुपये	२५ लाख रुपये
(२) तिकीट विक्रीचे उत्पादन..................	१० लाख	३$\frac{3}{4}$ कोटी
(३) चित्रपटाचे वार्षिक उत्पादन............	२०० चित्रपट	३२५ चित्रपट
(४) चित्रपटामुळे वार्षिक उत्पन्न...............	२० कोटी	१२०० कोटी
(५) प्राप्ति–कराची आकारणी................	३३ टक्के	२० टक्के

भारतात चित्रपट-उत्पन्नातील दर १०० रु. मधे.

३३ रु. सरकारी कर (Income tax, Entertainment tax).

३३ रु. प्रदर्शकास (Exhibitor).

१५ रु. वितरकास (Distributor).

४ रु. भाडवल कर्जाऊ देणाऱ्यास

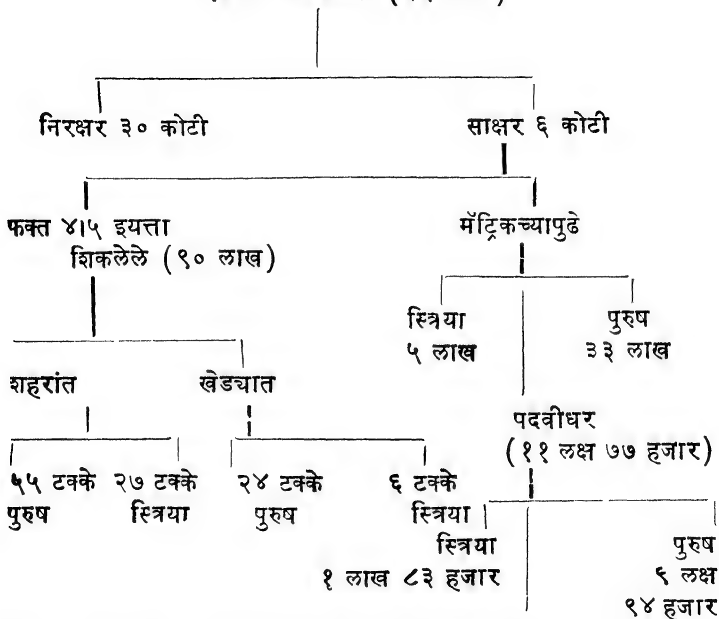
१५ रु. निर्मात्यास (Producer) उतरतात.

त्यांतून कलावत, तत्रज्ञ, जाहिरातदार याची बिले भागवावी लागतात व उरलेले निर्मात्याच्या वाटचांस.

---

(१३५) दुसऱ्यापेक्षा अधिक सुखी होण्याची इच्छा बाळगली नाही तर प्रत्येक माणूस सुखी होऊ शकेल.

भारतांतील साक्षरता



LL.B. B.com B. T. B. A. M. A. M B.B.S B.E. B Ag.
६५ हजार ३३ हजार १ लक्ष ९ हजार B. Sc. ३ लक्ष २१ हजार M. Sc. ६५ हजार ७२ हजार B.Tech. B Sc. Tech. ३६ हजार ९हजार

(१३६) दोन धर्माचा कधीही झगडा नसतो, सर्व धर्माचा अधर्माशी झगडा आहे.

' स्त्री ' चें रासायनिक पृथक्करण

(१) सज्ञा (Symbol).........स्त्री

(२) गृहित धरलेला परमाणुभार (Accepted atomic weight)... अदामासे १०० पौड.

(३) उत्पत्ति (occurance)......जेथे जेथे पुरुष सापडतो तेथे तेथे स्त्रीही असते. स्वतत्र स्थितीत क्वचित सापडते, थोडे अपवाद सोडल्यास ' स्त्री-पुरुष ' या समिश्र स्थितीत ती अधिक वेळा दृष्टोत्पत्तीस येते.

(४) कृति (Preparation)...... ब्रह्मदेवाने हे जग प्रथम निर्माण केलें व शेवटी मनुष्य निर्माण केला. मनुष्याला जोडीदार म्हणून स्त्रीला उत्पन्न-करिताना त्याच्या जवळचा मालमसाला सपल्यामुळे त्याने सर्पापासून वीष घेतले, त्यात मधाचे माधुर्य मिसळलें, वाघाचा उग्रपणा घेतला त्यात बद-काची नम्रता मिसळली, चद्राचा वाटोळेपणा मुखात घातला, सूर्यापासून प्रखरता घेतली, गवताचा कापरेपणा अगात कोंबला, वाऱ्यापासून भोळेपणा उचलला, हरिणापासून भित्रेपणा घेऊन त्यात मोराच्या डौलदारपणाची साथ जोडली. हिऱ्याचा कठीणपणा, अग्निचा उबदारपणा व बर्फाची आर्द्रता या साऱ्या मसाल्यापासून जी ' स्त्री ' निर्माण केली ती जगात अजोड झाली !

(५) कायिक गुण (Physical properties)-(अ) सर्व रगात व सर्व प्रकारच्या आकारात पाहावयास मिळते. (ब) चेहरा नेहमी स्नो, पावडर, काजळ, मेंदी, रग इत्यादीनी लडबडलेला असतो. (क) तिला गरम व्हायला-ही वेळ लागत नाही व थड व्हायलाही वेळ लागत नाही. (ड) काळजी-पूर्वक हाताळली पाहिजे, नाहीतर धोकेबाज ठरते.

(६) रासायनिक गुणधर्म (chemical properties)-(अ) एकटीच सोडली तर स्फोटकरीतिने वागते. (ब) सोने, चादी, हिरे, माणके, मोती इत्यादि वस्तूकडे पाहिल्यावर विरघळून जाते.

(७) उपयोग (uses)-

(१३७) त्याग, शील, गुण व कर्म या चार गोष्टीनी पुरुषाची कसोटी पाहिली जाते.

(अ) दागिने भूषविण्याची जागा; (ब) कलेचे अष्टपैलू उकळून दाखविण्याचे साधन; (क) उतान्न कमी करण्याचे साधन, (ड) सर्व प्रकारच्या साहित्याचे स्फूर्तिस्थान, (इ) पुरुषाचें शक्तिवर्धक टॉनिक.

विड्यातील पदार्थ व त्यांचे गुणधर्म

सुपारी.....कटु, विड्याची पानें......तीक्ष्ण, चुना...उष्ण, बदाम..मधुर, काथ......क्षार, जायफळ...कषाय, जायपत्री......वातघ्न, वेलची.....कफनाशक, केशर, कस्तुरी......कृमिहर, ककोळ......दुर्गंधीनाशक, कापूर......मुखभूषण, लवग......शुद्धिकरण, पिस्ते किवा खोबरे.... कामसदिपन, असा हा त्रयोदशगुणी विडा खाल्ल्यास आयुष्य वाढते, असे सागितलेले आहे.

पोलादाची किंमत

इग्लडमधून आयात होणाऱ्या १ टन पोलादास (सुमारे २७ मण) आपल्याला सर्वसाधारणपणे ११७० रु. द्यावे लागतात. पण त्याच पोलादाचे जर गटारासाठीं नळ तयार करून मागविले तर आपल्याला १८२० रु द्यावे लागतात. आगगाडीचे साहित्य तयार करून घेतले तर ही किंमत ३६४० रु. पडते. चाकू, कात्र्या इत्यादि सामान मागविलें तर हीच किमत ६५०० रु. होते. तितक्याच वजनाचे पोलाद मोटाररूपाने घेतल्यास त्यास ४९४० रु. द्यावे लागतात आणि विमानासाठी जर हे पोलाद वापरलेले असले तर याच १ टन पोलादास ४४२०० रुपये मोजावे लागतात, इतकी पोलादाची किमत वाढते.

वर्णसंकराचा भयंकर परिणाम !

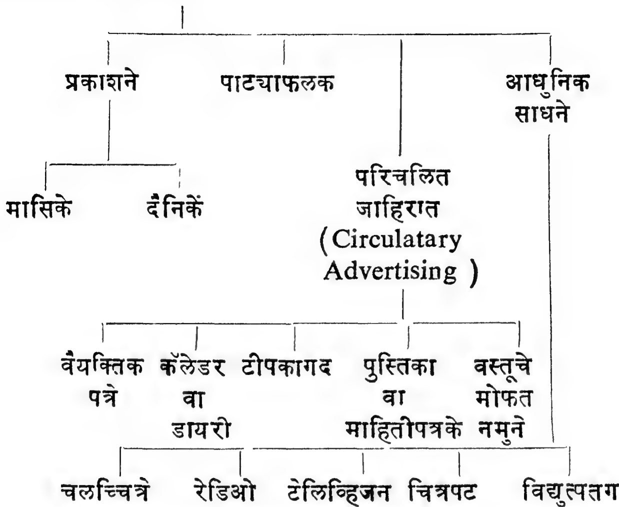
भगवान् श्रीकृष्णानी जनक राजाचा गर्व हरण करण्यासाठी व वर्ण, कुल, गोत्र इत्यादीच्या भ्रामक समजुतीविषयी पुढील सत्यकथा सांगितली. पद्म-पुरातील वेश्येस १ पुत्र व १ कन्या अशीं जुळीं मुलें झाली. त्यांच्या पालनाची जबाबदारी आपल्यावर येऊ नये म्हणून तिने त्या दोघांना

(१३८) डॉक्टरांची वेळेवर गांठ न पडल्यामुळे आजवर कैक रोगी बचावले आहेत.

शहराच्या एका बाजूस टाकून दिले. एका शतकऱ्यास त्या मुलाचा पत्ता लागून त्याने दोघा निपुत्रिक व्यापाऱ्याना ती मुले विकली. कालातरानें ती दोघे निरनिराळचा ठिकाणी वाढून विवाह-योग्य झाली. तेव्हा त्यांच्या कुलशीलाचा पत्ता नसल्याने त्याच्या विवाहास खूप अडचण पडली, पण कर्मधर्मसयोगाने त्या दोघाचाच पुढे विवाह झाला काही वर्षानी त्या वेश्येची व या दोघांची रस्त्यात गाठ पडली व आपण आपल्या बहिणीशीच विवाह केला हे समजल्याने तो मोठचा दु खी अत.करणाने गाव सोडून निघून गेला; व त्याची बहीणही दारोदार भटकू लागली. इकडे भाऊ स्त्री-विरहाने दु खी होऊन वेडचासारखे हिडत असता पद्मपुरात रात्रीच्या वेळीं वेश्याच्या आळीत त्याच्या माता–वेश्येची गाठ पडली, अज्ञानाने त्या दोघाचा संबंध येऊन ती वेश्या गरोदर राहिली व तिला पुत्ररत्न झाले; कालातराने भटकत असलेली तिची मुलगी जिवास कंटाळून पद्मपुरास वेश्या-आळीत आली. आईची गाठ पडून तिला झालेल्या मुलाच्या चेहऱ्यावरून सर्व प्रकारची तिला कल्पना आली व ती म्हणते, ‘बाळा तू माझा ८ प्रकारचा संबंधी आहेस–(१) सहोदर बंधु–याची आई ती माझीही माताच (२) सावत्र मुलगा - माझ्या एकेकाळी पति असलेल्यापासून झालेला मुलगा. (३) दीर–माझा पति, माझ्या मातेचा मोठा मुलगा व त्याचा हा धाकटा बधु (४) पति–माझा पति नसल्याने शास्त्रदृष्टचा हा माझा दीर पतितुल्यच आहे. (५) भाचा–हा माझ्या भावाचा मुलगा. (६) चुलता–माझा पति हा माझ्या आईचा पति असल्याने त्याचा हा धाकटा बधु. (७) नातु–माझी आई व मी सवत, सवतीचा पुत्र माझा सावत्र मुलगा व त्याचा हा पुत्र म्हणजे माझा नातु (८) सावत्र मेव्हणा–मी याची बहीण, माझा पति तो याचा मेव्हणा तेव्हा हा माझ्या पतीच्या बहिणीचा नवरा म्हणून माझा सावत्र मेव्हणा.

(१३९) सत्य शोधून काढणे हें फारसें अवघड नाही; पण एकदां ते शोधून काढल्यावर त्याला चिकटून राहणें ही गोष्ट फार अवघड आहे.

जाहिरातीची साधनें



(१) सध्याकाळपेक्षां सकाळची वर्तमानपत्रे जाहिरातीकरितां पसंत करावींत.

(२) पहिल्या अगर शेवटच्या पानावर मध्य भाग किंवा वरची बाजू पसंत करावी.

(३) एखादी वस्तु बहुसंख्य लोकांकरिता लागत असल्यास व ती लोकांच्या डोळ्यात तांबडतोब यावी असा हेतु असला किंवा जाहिरातीचे परिणाम तांबडतोब व्हावेत अशी इच्छा असल्यास, अथवा घाऊक विक्रेत्या-करितां अगर दुकानदाराकरिता प्रामुख्याने करायची असल्यास मासिका-पेक्षा वर्तमानपत्र सरस ठरते.

---

(१४०) एकत्र येणे म्हणजे प्रारंभ, एकत्र राहणे ही प्रगति व एकत्र चिकाटीनें नि सातत्याने काम करीत राहणें हेंच यशाचं गमक आहे.

(४) विशिष्ट वस्तूची जाहिरात तत्संबधींच्याच मासिकातून देणे योग्य ठरतें.

(५) साधारणपणे जाहिरात करताना १/२ शब्दच असे मोजके टाकावे की ते वाचकाच्या मनावर ठसतील. उदा० माकड छाप पावडर, साठे बिस्कीट, कोलगेट पेस्ट, डोंगरे बालामृत इ.

(६) वर्तमानपत्रात अगर मासिकात बातम्याच्या रूपाने, गोष्टीच्या रूपाने, काव्याच्या रूपाने, नाटयाच्या रूपानें प्रसिद्ध करता येते.

(७) नाविन्यपूर्ण जाहिरात लोकाच्या मनाची चटकन पकड घेते.

(८) कागदावर रगाने अगर चित्राने सूचित करणारी जाहिरात ही जास्त परिणामकारी ठरते असे आढळले आहे.

मध्यमवर्गीय महाराष्ट्रीय स्त्री-जीवनाची चांचणी

(१) प्रत्येक स्त्रीने कमीत कमी शिक्षण किती घ्यावें ?

		मते
मॅट्रिकपर्यंत...	...	८१.८४
ग्रॅज्युएटपर्यंत...	...	४.६१
व्यावसायिक शिक्षण ...		४२.४६

(२) कॉलेजातील शिक्षणाचा दैनंदिन संसारास फायदा होतो का ?

होतो...	...	४२.४६
होत नाही	...	१२.६१

(३)

१ ते ३ मुले असलेली कुटुंबे ...		३४.२३
४ ते ६ मुलें असलेलीं कुटुंबे ...		४६.१५
७ पेक्षा अधिक	... ...	२१.५४
मूल नसलेले	... ...	७.८१

(१४१) सुख आणि शहाणपण यामधे एवढाच फरक आहे की, जो स्वत:ला अतिशय सुखी समजतो तो खरोखरच सुखी होतो, पण जो स्वत:ला अतिशय शहाणा समजतो तो अतिशय मूर्ख ठरतो.

(४) एकत्र कुटुंबपद्धतीची घरे ... ४९.५३
विभक्त कुटुंबपद्धतीची ,, ... ४१.२३

(५) कुटुंब-नियोजनाची माहिती प्रत्येक **स्त्रीस** देणें आवश्यक आहे, असे ९८.३१ टक्के स्त्रियाना वाटते.

(६) ७२.६१ टक्के घरामध्ये धुणीभाडी करणारे नोकर
५६.२३ ,, स्वत.च स्वयपाक करणाऱ्या स्त्रिया
३८.७६ ,, स्त्रियाना उभ्याने स्वयपाक व जेवणास टेबल असावे असे वाटते.

(७) ९०.४५ टक्के स्त्रिया पापड, लोणची, मसाले घरीच बनवतात.
७२ ४५ टक्के स्त्रिया रोजचे वर्तमानपत्र नियमित वाचनात.
३२.९२ टक्के स्त्रिया मुलाच्या विकासासाठी स्वत:हून खटपट करणाऱ्या असतात.
५४.५५ टक्के स्त्रिया याबद्दल लक्ष पुरवीत नाहीत.

(८) ६० टक्के स्त्रिया सार्वजनिक व महिला मंडळाच्या सभासद आहेत.
३०.१५ टक्के स्त्रिया स्वत.साठी खर्चण्यास पैसे घेतात.
७१.६९ टक्के घरात रोज देवपूजा होते.
४९.५३ ,, घरात सोवळे ओवळे थोडे तरी पाळण्यात येते.
२४ ६१ ,, देवपूजा व व्रते-वैकल्ये होत नाहीत.
७५.६९ ,, घरात मुलाचे वाढदिवस होतात.
१५.४८ ,, घरात लग्नाचे वाढदिवस होतात.
२०.९२ ,, कुणाचेच वाढदिवस होत नाहीत.

(९) ७६·३० ,, स्त्रियाना पतीच्या व्यवसायाची माहिती असते.
२८·९८ ,, स्त्रिया पतीच्या व्यवसायात मदत करतात.

(१०) व्यवसाय करणाऱ्या स्त्रियात ९·५३ शिक्षिका; १२·६१ कारकून; नर्स, डॉक्टर ३ १७ एकूण २५ ५१ टक्के स्त्रिया नोकरी करतात.

(१४२) आचरण, निश्चय आणि ज्ञान ही समान असतील तर मैत्री दीर्घकाल टिकेल.

(१२) रिकामा वेळ मुळीच नाही असे म्हणणाऱ्या स्त्रिया ८·४३ टक्के

रिकामा वेळ खळण्याकडे घालविणाऱ्या		,,	१८ टक्के
,,	रेडिओ ऐकण्यात ,,	,,	३७ टक्के
,,	वाचन करण्यात ,,	,,	६६ टक्के
,,	गप्पात ,,	,,	६१ टक्के
,,	सार्वजनिक कार्यात ,,	,,	३८.७८ टक्के

(१३) हिंदी भाषा जाणणाऱ्या स्त्रिया २२·३३०/०
इंग्रजी " " " ३५·१२%

(१४) विवाहपूर्व मैत्रिणीचे संबंध पत्रव्यवहाराने कायम ठेवणाऱ्या स्त्रिया २०%

(१५) मुहूर्तांना महत्त्व न देता सोयीप्रमाणे विवाह करावेत असे ८४°/० स्त्रियांना वाटते.

(१६) संसारोपयोगी विषयाचा शिक्षणात अंतर्भाव करावा असे ९१°/० स्त्रियांना वाटते.

(१७) मुलामुलींनीं योग्य वयात स्वतः विवाह ठरवावेत असे ८२·१६°/० स्त्रियांना वाटते.

(१८) मुलीचे विवाहयोग्य वय १८ ते २० असावे असे ८० टक्के स्त्रियांना वाटते. तर मुलाचे वय २५ ते ३० असावे असे ७६·३० टक्के स्त्रियांना वाटते.

(१९) आंतरजातीय विवाह घडून यावेत असे ४७·५४ टक्के स्त्रियांना वाटते.

पर्वकाळ, सिंहस्थमेळा व कुंभमेळा

देशकाल, परिस्थिति व शरीर या सर्वांची अनुकूलता असल्याशिवाय वृत्ति ज्ञानाचें ग्रहण करीत नाही; याकरिता कालाची अनुकूलता पाहावी लागते; या अनुकूल कालालाच 'पर्वकाल' असे म्हणतात. अमावस्या व पौर्णिमा हे दर महिन्याला येणारे पर्वकाल आहेत; तसेच संक्रांत, सूर्यग्रहण,

(१४३) औदार्यापेक्षां मोठेपणाच्या हौसेनेच माणूस जास्त त्याग करतो.

चंद्रग्रहण, गजच्छाया, महोदय, अर्धोदय, कपिलाषष्ठी, सिंहस्थ, कुंभ हे पर्वकाल तीर्थस्नानाला व जपाला, तसेंच श्राद्ध-पक्षाला व इतर अनुष्ठानाला चांगले आहेत. सिंहस्थपर्व....गुरु सिंह राशीत आला म्हणजे सुरू होतो.

कुंभमेळापर्व–(१) कुंभेला गुरु व मेषेला रवि आला असता हरिद्वारांत होतो.

(२) वृषभेला गुरु आणि मकरेला रवि असतां प्रयागात.

(३) सिंहेला गुरु आणि मेषेला रवि असता उज्जैनींत.

(४) सिंहेला गुरु व रवि हे दोघे आले असतां त्रिंबकेश्वरला होतो.

भारतांतील लोहमार्ग

लोहमार्गाच्या लांबीत भारताचा जगांतील देशात चौथा क्रमांक लागतो. ३४३०० मैल लांबीच्या रुळावरून आज आगगाडी धावत आहे. ३५ लक्ष लोक दर दिवशी गाडीतून कुठे तरी जात येत असतात; म्हणजे लोकसंख्येच्या प्रत्येक १०० मधून एक मनुष्य रोज आगगाडीतून प्रवास करीत असतो. रेल्वेची ६००० स्टेशने आहेत. इंजिने १ एप्रिल १९५४ रोजी ८५१० होतीं व प्रतिवर्षी २०० इंजिने तयार होतात. प्रत्येक इंजिनाची अदमासे किंमत ५। लाख रुपये असते. पॅसेंजर डबे २२३०० असून मालगाड्यांचे डबे २२६००० असतात. आशियाई देशात इंजिने तयार करणारा भारत हा एकमेव देश होय.

भारतातील नाण्यांची किंमत

		भारतीय १ रु.	भारतीय १०० रु.
(१)	ब्रिटन	१ शि. ६ पेन्स	७ पौंड १० शि.
(२)	अमेरिका	२१ सेंट	२१ डॉलर्स
(३)	जपान	७८ येन	७८० येन
(४)	इटाली	१३० लिरा	१३००० लिरा
(५)	ऑस्ट्रेलिया	१ शि. १० पे.	९ पौंड. ३ शि. ४ पे.

(१४४) लोक टीका करतात म्हणून काळजी करू नका, ते का टीका करतात त्याचा विचार करा.

		भारतीय	भारतीय
(६)	स्वीडन	१·०८ क्रोनर	१०८ क्रोनर
(७)	डेन्माक	१.४५ क्रोनर	१४५ क्रोनर
(८)	फ्रान्स	७३.०७ फ्रॅंक्स्	७३०७ फ्रँक्स्
(९)	ब्रह्मदेश	—	१०० क्यात = १०० रु ४ आ.
(१०)	हॉलंड	०·७९ गिल्डर	७९ गिल्डर
(११)	प. जर्मनी	०·८८ मार्क	८८ मार्क

वार्षिक वाढदिवस

सुवर्ण-महोत्सव, हीरक-महोत्सव वगैरे उत्सव आपल्याकडे मोठ्या उत्साहाने साजरे करण्यात येतात, पण ते सर्व आपण इग्लंडमधून उसने घेतले आहेत. त्याच्या देशांत जे वाढदिवस होतात त्या वाढदिवसाना खालीलप्रमाणे देणग्या देतात.

१ ला	वाढदिवस	कागद
५ वा	,	लाकूड
१० वा	,,	टीन
१५ वा	,,	स्फटिक
२० वा	,,	चिनीमाती
२५ वा	,,	रूपे (चादी)
३० वा	,,	माती
४० वा	,,	माणिक
५० वा	,,	सोने
७५ वा	,,	हिरे
१०० वा	,,	प्लॅटिनम्

ग्रहांवरील जीवन

बुध......पृथ्वीपेक्षा लहान, पण सूर्याला निकटवर्ति आहे. वायुमडळांत प्राणवायु व अमोनिया याचे अस्तित्व असणें परमावश्यक आहे; म्हणूनच

(१४५) दुष्कृत्यांची कबुली म्हणजे सत्कृत्यांचा प्रारंभ.

सूर्याच्याजवळ असणाऱ्या ग्रहाचे वातावरण जीवन-विकासास अनुकूल नाही; त्यामुळे बुधावर मनुष्याची वस्ती नाहीच.

शनि, युरेनस व नेपच्यून हे ग्रह पृथ्वीपेक्षां फारच मोठे आहेत. या सर्व ग्रहांवर विषारी व प्राणघातक वायूचे साम्राज्य पसरले आहे

प्लुटो...हा उपग्रह अतिशय बर्फमय आहे. तेथे कोणीही जगणे अशक्यच.

शुक्रावर सर्वत्र ढगच जमलेले दिसतात. प्रयोगाति तेथे पाण्याचा एकही थेंब नाहीं असे दृष्टोत्पत्तीस आले आहे यावरून असा निष्कर्ष काढला की, हे ढग विषारी गॅस व धुळीने निर्माण होतात. शुक्रावर भीषणगतीने वादळे थैमान घालीत आहेत. तेथील तपमान १००° च्या वर नेहमी असते.

मंगळावर जगणे शक्य आहे. अेव्हरेस्टच्या शिखरावर जसे हवामान असेल तशाच प्रकारचे हवामान मंगळावर आहे. ऋतुपरिवर्तनाबरोबर तेथील बराचसा भूभाग हिरवळीने भरून जातो, म्हणजेच हिम वितळतें त्यावेळीं वनस्पती वर डोकावू लागतात.

इच्छा आणि शब्द

आपल्याला एकच मूल असावे अशी एका गृहस्थाची प्रामाणिक अिच्छा होती, म्हणून आपल्या पहिल्या मुलाच नावच त्याने Finish (सपले) असे ठेवलें. कालातराने त्याला दुसरे मूल झाले,नाव ठेवण्यावेळी त्याला पचाईत पडली. त्याने त्याच नाव Addenda (आणखी भर) असे ठेवले. पुढे त्याला तिसरे मूल झाले, त्याच नाव ओघानेच Appendix (परिशिष्ठ) असे ठेवले, चौथ्या मुलाच नाव मात्र त्याला Supplement (पुरवणी)असे ठेवावें लागले आणि शेवटी मुलगी झाल्यावर नाव काय ठेवावे याची त्याला पचाईत पडली, मोठ्या विचाराति त्याने तिचे नाव (Erratta) 'चुकीची दुरुस्ती' असे ठेवले. त्याच्या इच्छेनुसार त्याला शब्द सुचत होत.

महाराष्ट्रातील दुष्काळ

महाराष्ट्रात सुमारे १० वर्षांनी एकदा दुष्काळ पडतो, पण अशा दुष्काळाचें क्षेत्र नेहमीच मोठे असत नाही. हल्लीतर एके ठिकाणी पडलेला दुष्काळ (पिके जळणे अगर वाहून जाणे यामुळे होणारे) दुसरीकडून धान्य आणून निभावला जातो. उग्र स्वरूपाचे दुष्काळ पुढील होत.

(१) इ. स. १३९६ ते १४०८ दुर्गादेवीचा दुष्काळ.
सतत ११ वर्षे पाऊस नाही लाखो माणसे मृत्युमुखी पडली.

(२) इ. स. १४२१–२२ मोठा दुष्काळ पडला. हजारों माणसे मेली.

(३) इ. स. १४७० मध्ये दामाजीपतानी धान्याचे कोठार उघडे करून गरिबाना धान्य वाटले. अतिशय मोठा दुष्काळ

(४) इ. स. १४६८ ते १४७६ दुर्गादेवीचा दुष्काळ; सतत ७ वर्षे टिकला.

(५) इ. स. १५७८ मोठा दुष्काळ...पावसाचा एक थेंबही पडला नाही.

(६) इ. स. १६२९ भयकर दुष्काळ, १ शेरभर द्रव्यास १ शेर कुळीथासारखे हलके धान्य; याच दुष्काळात तुकाराम महाराज दरिद्रि बनले. (शिवाजी महाराजाच्या काळात दुष्काळ नव्हता.)

(७) १८०३, १३, २५, ३२, ६५ मध्यम प्रतीचे दुष्काळ.

(८) १८९६–९७ अतिशय मोठा दुष्काळ, अजून जुन्या लोकाच्या तो लक्षात आहे.

(९) १९५२–५३ भूकबळी नाहीत, परतु जनावरे मेली, परदेशातून धान्याची आयात–सुधारलेली दळणवळणाची साधने, यामुळे दुष्काळाचा जोर फार कमी.

होतकरू वक्त्यांसाठी

(१) आपलं भाषण कधीही लिहून काढू नका. त्यामुळे सहज बोलताना ओघाने येणारे शब्द तुम्ही योजू शकणार नाहीत आणि कुठे अडलेच तर आठवण्याचा प्रयत्न करीत असता त्या भाषणाला कृत्रिमतेचो झाक येईलच.

(२) आपल भाषण केव्हाही पाठ करू नका, केलेत तर हटकून विसराल, शिवाय पाठ करून घडघड म्हटल तरी श्रोत्यावर त्याचा काहीं परिणाम होणार नाही, कारण पाठ केलेले भाषण कोणते हे श्रोत्याना चटकन कळते व ते जाभया देऊ लागतात

(३) भाषणात उदाहरणे व दाखले पेरलेले चागले, त्यामुळे ऐकणारांची उत्सुकता वाढते व त्याना गोडी निर्माण होते.

---

(१४७) लोकमान्याचा आडकित्ता तेवढा लोक घेतात, पण कित्ता मात्र घेत नाहीत.

(४) आपल्याला ज्या विषयावर बोलायचं असेल त्या विषयावर जास्तीत जास्त ज्ञान मिळविता येईल तितके मिळवा, शिवाय निरनिराळ्या ग्रथातील उतारेही द्यावेत.

(५) भाषण करण्यापूर्वी आपल्या मित्राशी चर्चा करून ज्या विषयावर भाषण करायचे त्या विषयाची उजळणी करा, त्यावरून कोणते मुद्दे पोकळ आहेत, कोणते भरीव आहेत हें तुम्हांस सहज कळेल व त्याप्रमाणे पुढील भाषणात त्यामधे बदल करता येईल.

(६) भाषणाकरिता काही विशिष्ट स्वर, पोज, आवेश, अभिनय करावा लागतो. याची जाणीव ठेऊन बोलू नका विषयाशी तद्रुप झाल्यावर या साऱ्या गोष्टी आपोआप समजतील, भाषणाच्या नुसत्या तंत्राचा विचार केला तर विषयाकडे दुर्लक्ष्य होते.

(७) भाषण करताना दुसऱ्याच अनुकरण करूं नका. त्यात स्वत चं वैशिष्टय टिकविण्याचा प्रयत्न करा. तुमचे अनुभव, तुमच ज्ञान, तुमची तळमळ, आणि तुमच व्यक्तिमत्व त्यात प्रतीत झालं पाहिजे.

खोल अभ्यासाचे महत्त्व

अभ्यासात लाबीरुदी महत्त्वाची नाही, खोली महत्त्वाची आहे; पुष्कळ वेळ तासचे तास आणि नाना विषयाचा अभ्यास करीत राहणे याला 'लाब रुंद' अभ्यास असे म्हणतात. समाधिस्थ होऊन रोज सतत अल्प वेळ एखाद्या निश्चित विषयाचा अभ्यास करणे याला खोल अभ्यास करणे म्हणतात. १०-१२ तास झोपलो पण तळमळत व स्वप्नग्रस्त, असलया झोपेने विश्रांति मिळायची नाही, उलट ५-६ तास झोप अगदी निःस्वप्न व गाढ लागली या एवढ्या झोपेन पूर्ण विश्रांति मिळू शकते. अभ्यासाचें असेच आहे समाधि हे अभ्यासाचे मुख्य तत्त्व आहे समाधियुक्त खोल अभ्यासाशिवाय ज्ञान नाही. लाबलचक अभ्यास म्हणजे पुष्कळसा तर त्रासच, शिवाय शक्तिचा ऱ्हास. अनेक विषयावर आणि भाराभर वाचून काही लब्धी नाही. अभ्यासाने प्रज्ञा स्वतंत्र आणि प्रतिभावान् व्हायला हवी.

(१४८) आळसाला आजचा दिवस तुम्ही बक्षिस दिला की, उद्यांचा दिवस तुमच्यापासून त्याने चोरलाच म्हणून समजा.

प्रतिभा म्हणजे नवीन नवीन कोंब बुद्धिला फुटत राहणे. नवीन कल्पना, नवीन उत्साह, नवीन शोध, नवीन स्फूर्ति हे प्रतिभेचें लक्षण आहे. ही प्रतिभा भाराभर वाचनाने नेमकी मरायची. खोल अभ्यासाने प्रतिभेची वृद्धि होते.

माणसाचें मन

माणसाचें मन किती विचित्र आहे ! ज्या व्यक्तिवर आपण मनापासून प्रेम करतो त्या व्यक्तिवरच प्रसगी आपण अतिशय रागावतो. ज्या व्यक्तिच्या स्मृतिने आपल आग पुलकित होतं आणि हृदय मोहोरून जातं, ती व्यक्ति आपल्यासमोर येताच आपण कितीतरी वेळा कठोर शब्द वापरतो. ज्या व्यक्तिसाठी आपले प्राण व्याकुळ होतात, ती व्यक्ति भेटताच मात्र आपण असं दर्शवितो की, ती व्यक्ति आपल्याला अप्रियच आहे आपण या असल्या वागण्याचा मनाशी पुष्कळ विचार करतो आणि म्हणतो, "अस होतां कामा नये" पण ते जमत नाही मनाचे हे खेळ किती रहस्यमय आणि विचित्र आहेत नाही ?

आधुनिक चित्रकलेची खूण

आधुनिक चित्रकाराच्या कला-कृतीतील रगसगति, निर्दोष रचना, सूक्ष्म आकस्मिकता, फोर्सिबल मुव्हमेंट, नवी मूल्ये, जिवत घसघशीतपणा, आधुनिक घडण, प्रखर सवेदना, उत्स्फूर्त ओजस्वी कल्पना, अंतर्गत दृढ सुसवादी सबध, जाणिवेचा भावनात्मक गुणधर्म, विश्लेषणात्मक परिणामकारकपणा, वस्तुनिष्ठ वास्तववादापासून दूर गेलेली आत्माविष्कारी कला, पुरोगामी ठेवण, सुधारलेले स्थापत्य, कमावलेली कला व कलेच्या प्रातातील गमावलेली गुलामगिरी या सर्वाच्या समुच्चयाने या चित्रकाराच्या कलासृष्टीत काव्यात्मक बदल झाला आहे हीच आधुनिक चित्रकलेची खूण होय.

वीज कशी निर्माण होते ?

परमाणूची गति एकाच दिशेनें होऊ लागली तर तेथे विद्युत्-प्रवाह

---

(१४९) प्रत्येक पिढी समजते की, मागचे तेवढे खुळे आणि आम्ही तेवढे शहाणे व आमच्या पुढचे बहकलेले.

निर्माण होतो. विद्युत् ही कणाची बनलेली आहे हे इ. स. १८९७ साली टॉमसन व क्रूक्स इत्यादि शास्त्रज्ञानी निर्वात हवेच्या नळीत विद्युत्-प्रवाह सोडून सिद्ध करून दाखविले लोखडाच्या परमाणूची दिशा सारखी केल्यास त्या लोखडास लोहचुबकाची शक्ति निर्माण होते. खोलीतील वातावरणाच्या परमाणूची गति एकाच दिशेने केली तर ती खोली एक विद्युत्-पादक यत्र बनून जाईल. श्वासोच्छवास आपण नियमित अतराने करूं लागलो म्हणजे शरिरातील परमाणूची एकाच दिशेने गति सुरू झाली म्हणजे शरिरात विद्युत्-प्रवाह सुरू होतो. हा विद्युत्-प्रवाह ज्ञानतंतूवर वाहत असल्याने त्यात स्पर्शवाहक व आज्ञावाहक असे भिन्न गुणधर्म निर्माण होतात. मृत शरिरातील ज्ञानततू काढून त्यावर विजेचा प्रवाह सुरू केला तर त्याच्या दोन टोकात परस्परविरुद्ध दोन गुणधर्म निर्माण होतात हें इद्रियविज्ञानशास्त्राने सिद्ध झालें आहे देहांत जीव असतां त्यात परस्पर गुणधर्माचे ज्ञानतंतू कोठून आले ? यावरून नियमित श्वासोच्छ्वासाने परमाणूची गति सारखी झाल्याने आपले शरीर हे एक विद्युत्पादक यंत्र (Battery) तयार होते हे सिद्ध झाले आहे

स्वत:चे कल्याण व्हावे असे वाटते ना ?

जर तुला आपले बरे व्हावे असे वाटत असेल तर खरेपणाने वाग. दुनिया खोटचावर चालते अशी तुझी समजूत आहे ती चुकीची आहे. ती सोडून दे. दुनिया देवाची आहे, आणि देव तर खरेपणाची मूर्ति आहे मग अशी लबाड दुनिया तो कशाला बनवील? लबाड माणसालाच घबाड मिळते अशी तुझी कधी कधीं समजूत होईल; पण तो भास आहे, भासाच्या भरवशावर जाशील तर पश्चात्ताप पावशील व रडशील. वरवरचे पाहणें सोडून दे. खोल पहा म्हणजे निराळा उजेड पडेल. लबाडीच्या व्यवहाराने दोन दिवस भरभराट होतेशी वाटेल; पण ती नुसती फसवणुक आहे. दिवा विझण्यापूर्वी मोठा होतो. तशातलीच गत आहे. कडेलोटाची सजा झालेल्या माणसाचे पाय जरी वरवर चढताना दिसले तरी या वरचढीच्या पोटात काय सांठविलेले आहे ! खोटेपणा करून आज जी माणसे मोठेपणाच्या

(१५०) तुमच्या उशाजवळचा दिवा बारिक करा म्हणजे बाहेर किती उजाडले आहे ते तुम्हास लख्ख कळेल.

नावाखाली उजळमाथ्यानी मिरवतात, त्यांचा काहीं दिवसानी कडेलोट व्हायचा आहे हे तुला समजते काय ? नसेल समजत तर इतिहास पहा, म्हणजे कळेल ! सत्य हेच शहाणपण आहे मुत्सद्याची वाकडी वाट चालण्याच्या भ्रमांत पडू नकोस, सताचा सरळ मार्ग धर हा मार्ग सोपा आहे, सरळ आहे, व जवळचा आहे, थेट मुक्कामावर पोचवणारा आहे.

गप्पा व गोष्टी

(१) एका सुशिक्षित बेकाराचे वर्णन : मी नुसता अेरंडासारखा वाढत होतो; ताबडचा भोपळ्यासारखा फुगत होतो; नशीब कुंभकर्णासारखें झोपले होते, कर्तृत्वशक्ति कामूक कीचकासारखी थैमान घालीत होती, करंटेपण वाकुल्या दाखवित होते, काळ खिदळत होता आणि अस्मादिक सधीची वाट पाहात होते.

(२) जेवण घालणारा एक, वाढणारा दुसरा, आग्रह करणारा तिसरा आणि यथेच्छ समाचार घेणारा तिऱ्हाईत, मग काय विचारतां, अन्नच तें !

(३) शिकायच्या विद्या २ आहेत, एक आसपासच्या वस्तू पारखण्याची शक्ति म्हणजे विज्ञान आणि दुसरी म्हणजे आत्मज्ञानपूर्वक संयम करतां येणे म्हणजेच अध्यात्म. यासाठी मध्यतरी निमित्त मात्र भापा लागते, तेवढ्यापुरतीच शिकायची, भाषा पोस्टमनचे काम करते, मी जर पत्रांत काहीच लिहिले नाही तर पोस्टमन कोरा कागदही पोचवील. भाषा म्हणजे विद्येचे वाहनच होय.

(४) शकराने हालाहल कां प्राशन केले ?

अत्तु वाछति वाहन गणपते:
आखु क्षुधार्त: फणी ।
तच क्रौंचपते: शिखीच गिरिजा
सिहोऽपि नागाननम् ।।
गौरी जन्हु सुनाम सूयति कलानाथ
कपालानलो
निर्विण्ण: सपपौ कुटुबकलहादीशो ऽ पि हलाहलम् ।।

(१५१) स्वत:च्या वांट्याला जरी काटे आले असले तरी दुसऱ्याला गुलाबाची सुदर फुले देतां येतात.

शंकराच्या गळ्यातील नाग गणपतीच्या वाहनास (उदरास) खाऊ इच्छितो, त्या नागास कार्तिकेयाचे वाहन मोर खाऊ इच्छितो. पार्वतीचे सिंह गणपतीच्या मुखाला हत्तीचे तोंड समजून त्यावर झडप घालू पाहतो, पार्वती शंकराच्या डोक्यावर बसलेल्या गंगेचा द्वेष करते, तर तृतीय नेत्रांतील अग्नि मस्तकावरील चंद्राचा द्वेष करतो, या घरच्या कटकटींना कटाळून जाऊन आत्महत्त्या करण्याच्या इराद्याने शंकराने हालाहल प्राशन केले

(५) एका कचेरीत शंभर वर्षापूर्वीची कागदपत्रे जपून ठेवण्यात आली होती, ते सर्व बाड काढून टाकण्यासाठी अधिकाऱ्याने आपल्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यास ती कागदपत्रे जाळून टाकण्याची परवानगी मागितली, त्यावर वरिष्ठ अधिकाऱ्याने खालील उत्तर धाडले, " जाळून टाकायला माझी कांहीच हरकत नाही, पण त्यापूर्वी त्या कागदपत्राची नीट नक्कल करून ठेवा म्हणजे झाले. "

(६) दाढी वाढवण्याची कारणे :

(अ) देवीच्यामुळे किंवा चेहऱ्यावरील विशिष्ट डागामुळे विद्रुप दिसणारा चेहरा झाकता येतो. (ब) आहे त्यापेक्षा जरा तरूण भासणे. (क) दाढी हाताळीत असता नवनवे विचार सुचतात. (ड) दोन्ही हात कामांत असता पेन्सिल, रबर वगैरे बारीक सारीक वस्तू ठेवता येतात. (इ) मनुष्य रुबाबदार दिसू शकतो. (ई) काहीही न करता गंभीर बनणें व दिसणे सहज शक्य होते (उ) दाढी करण्यातील पैशामध्यें बचत होते.

(७) भारतीय नागरी अकांपैकी प्रत्येकाच्या पोटात शून्य आढळेल. १, ७, ९, हे आकडे तर शून्याला भिन्न भिन्न दिशांनी वाढविल्यानेच बनतात. २, ३, ४, ५, ६, ८ या आकड्यामध्येहि शून्याचाच आधार घेतला आहे.

(८) कमरेवर हात ठेऊन उभा राहिलेला विठ्ठल आपल्या भक्ताना हेच सांगत आहे की, हा भवसागर फक्त कमरेइतकाच खोल आहे, माझ्यावर निष्ठा ठेवा, त्यातून तुम्ही सहज तरून जाल.

(१५२) तुम्ही एखादी अवघड गोष्ट करून दाखवलीत कीं, एखादी अशक्य गोष्ट तुमच्या गळ्यांत पडलीच म्हणून समजा.

हातांच्या बोटावरील शख व चक्रे

१० ही बोटावर चक्रे असल्यास...धनदृष्टचा सुखी.
९ चक्रे व १ शख...सुखो व समाधानी.
८ चक्रे व २ शख...अशुभ.
७ चक्रे व ३ शख...दु.खो.
६ चक्रे व ४ शख...विपयी पण गुणवान्.
५ चक्रे व ५ शख...विलासी.
४ चक्रे व ६ शंख...दरिद्रि पण उद्योगी.
३ चक्रे व ७ शख...धनवान व राजमान्यता मिळविणारा.
२ चक्रे व ८ शख...अति श्रीमत.
१ चक्र व ९ शख...सर्वांत उत्तम, सर्वदृष्टचा सुखो.
१० ही बोटावर शख असल्यास अगदी दुर्दैवी.

तुमचा चेहरा काय सुचवितो बघा !

(१) कानशिलापासून फाकलेले कान असणें...बुद्धिमत्तेचे द्योतक आहे.
(२) डोक्याला चिकटून कान असणे...हट्टी, क्रूर व सशयी स्वभाव.
(३) दोन भुवयाच्या मध्यभागी उचवटा असणे...स्मरणशक्ति उत्तम असणे.
(४) कपाळाची उची नाकाइतकी लाब असणे, कपाळाची पुढची बाजू पुढे कललेली असणे, दोन भुवयामधे सहजी उभ्या रेषा असणे...लोकप्रिय व हुषार माणसाची ही लक्षणें होत.

(१५३) आत्मसशोधन करून एका गोष्टीत आलेले अपयश दुसऱ्या गोष्टीत यश मिळवून धुऊन काढणे हाच अपयशाला तोंड देण्याचा उत्तम मार्ग आहे.

(५) शेंडी किंवा केसाच्या भोवऱ्याच्या ठिकाणी फुगीरपणा असणे... महत्त्वाकांक्षी, गंभीर वृत्तिचा.

(६) व खोलगटपणा असणे...संशयी व फाजील चिकित्सेखोर.

(७) ज्याच्या कानावर केस असतात असा मनुष्य धूर्त, कावेबाज, हट्टी, आतल्या गाठीचा असून ो बरेच वेळा उच्चपदासही पोचला जाण्याचा खूप संभव असतो.

चेहऱ्याचे आकार काय दर्शवितात ?

(१) पूर्ण गोलाकृति चेहरा...धैर्यवान पण उद्धटतेची झाक, भावना-प्रधान पण जरा स्वार्थी, स्वभाव पुष्कळसा गू , विकाराच्या आहारी झटकन् जाणारा, अतिरेकीपणा जास्त असण्याचा संभव आहे

(२) चौरसाकृति चेहरा...चौकस, स्वच्छता व टापटीपीची आवड, वादविवादाची हौस, ज रा नास्तिकच, वागणुकीत व विचारात निश्चितपणा स्वाभिमानी.

(३) त्रिकोणाकृति चेहरा...(कपाळाकडे अरुंद व जबड्याकडे मोठा) भाडखोर, लहरी, धाडसी स्वभावाचा, कल्पक, दुसऱ्यास त्रास देण्यात गमत मानणारा, जरासा चिडखोर स्वभावाचा असतो.

(४) शंकुकृति...(वर गोल व खाली निमुळता) सामान्य ज्ञान व तार-तम्य भरपूर, मन व बुद्धि याचा योग्य उपयोग करून घेणारा.

(५) लंबगोलाकृति Elliptical...प्रतिभावंत, आळशी, भोळसर, आज्ञा-पालक व उदार असतो.

चेहरा बघून भविष्य जाणणे !

(१) ज्याचे डोक्याचे पाठीमागचे (भोवऱ्याजवळचे) केस तेल किंवा पोमेड लावल्यावरही उभे राहतात...हे लोक चपळ, हुषार व युक्तिबाज असतात.

(२) डोक्याचा आकार वरवंट्यासारखा असणाऱ्या व्यक्ति...गणितज्ञ, शास्त्रज्ञ किंवा गूढ विद्यातज्ञ असतात.

(१५४) आपले आयुष्य लांबविणे तुमच्या हातात नसेल; परंतु त्याची रुंदी व खोली वाढविणें हें तुमच्या हातात आहे.

(३) फुगीर गाल असणारे लोक...आनंदी व स्वच्छदी वृत्तीचे असतात.

(४) पोपट-नाकी मडळी...रसिक व ललितकलेत प्रविण असतात.

(५) तोडभर पसरलेल्या नाकाची किवा मोठया नाकाची मडळी... धूर्त व व्यवहारकुशल असतात.

(६) खालचा ओठ जाड असलेले लोक...उदार स्वभावाचे असतात.

(७) कान मोठे असणाऱ्या व्यक्ति...ज्ञानी व बहुश्रुत असतात.

(८) वाजवीपेक्षा जाड अथवा केसाळ भुवया असणारे लोक...रागीट, अहंमन्य असतात व त्यांचा सारा जन्म शारीरिक व मानसिक कष्टात जातो.

(९) ज्याच्या डोक्यावरचे केस नैसर्गिकपणे कपाळावर येतात...असे लोक कुटिल व कारस्थानी असतात,

(१०) सावळ्या रगाची मडळी लोकात मिळून मिसळून वागणारी असतात, तर ताबुस, गौरवर्णी लोक जनतेशी फटकून वागणारे, मीपणा असलेले असतात तर कृष्णवर्णीय लोक वारा येईल तशी पाठ फिरविणारे व धूर्त असतात.

(११) अणकुचीदार हनुवटी असणारे लोक...कलेचे व चैनी चे भोक्ते असतात, तसेच ते राजकारणीही असतात.

(१२) रुंद हनुवटीचे लोक...दुसऱ्यावर हुकूमत चालविण्यात कुशल, कर्तबगार व जरासे अहमन्यच असतात.

(१३) कोमल व पातळ ओठ असलेली व्यक्ति...अबोल पण लबाड असते

(१४) दोन्ही ओठ जाड व विलग असणाऱ्या व्यक्ति...बोलण्यात चतुर, व कर्तेपणाची हौस असणाऱ्या असतात.

(१५) उचेले नाक असलेली व्यक्ति...गर्विष्ठ व उच्च आचार-विचार ठेवणारी व दूरदर्शी असते.

(१६) नाक पातळ व त्रिकोनी असलेली व्यक्ति...खात्रीनें कर्तृत्व-शाली असते.

---

(१५५) आपल्या चेहऱ्याचे रूप कसे असावे हे तुमच्या हातांत नसेल, पण त्याच्यावर कोणते भाव प्रकट व्हावेत हें तुमच्या हातात आहे.

(१७) नाकाच्या वरच्या भागावर छोटया छोटया रेषा असणारी व्यक्ति...सशयी, क्षुल्लक गोप्टीकरिता भाडणारी व तिरसट असते.

(१८) एखाद्या व्यक्तिचे कान व डोक्याचा वरील भाग यामधील अतर नेहमीपेक्षा बरेच जास्त आहे असे वाटल्यास तो मनुष्य स्तुतिप्रिय, वायफळ बडबडणारा व भोळसर असतो.

तीळावरून ज्योतिष जाणणे

डोक्यावरील भागापासून सुरुवात.

(१) कपाळावर मध्यभागी असलेला तीळ...मंगळाचें वर्चस्व, स्वत.स जपावे, क्रूरतेकडे अगर दुष्प्रवृत्तीकडे वळण्याची भीति बरीच असते.

(२) डाव्या भुवयीवर तीळ...पैशाच्या बाबतीत बेफिकीर, दुराग्रही, निष्कांचन होण्याचा दाट संभव.

(३) दोन्ही भुवयावर तीळ...सुखी-जीवन, लवकर विवाहयोग, विजेपासून भीति, तेव्हा जपावे.

(४) उजव्या भुवयीवर...रगेल आणि रगेल, रॉबिनहूडचे अनुयायी, सदा कार्यमग्न, उत्कट प्रणय व उत्कृष्ट धैर्य, घरापासून बरेच वेळा दूर राहण्याची पाळी, प्रणयात व व्यवहारात यश व पैसा.

(५) उजव्या गालावर...यशस्वी जीवन-सर्वच दृष्टीने.

(६) डाव्या गालावर...सकटाशी झगडून खूप प्रयत्नाति यशप्राप्ति होणे.

(७) दोन्ही गालावर...व्यासगी, गंभीर व्यक्तित्व, एकातप्रिय, चागले सहकारी, पोटापुरता पुरेसा पैसा.

(८) उजव्या कानशिलावर...चपळ, उत्साही, उत्तम जोडीदार, अनपेक्षितरित्या धन, पुत्र कुलदीपक ठरतो, सर्वदृष्टीने जीवन समाधानी.

(९) डाव्या कानशिलावर--आळशी, चिडखोर, नेभळट व अपयशी जीवन.

(१५६) थोडया शिक्षणाने माणूस चढून जातो, सर्वसामान्य शिक्षणानें त्यास फक्त दुसऱ्याचे दोष दिसतात, खऱ्या शिक्षणानें त्याला स्वत:चेच गुणदोष बरोबर कळूं लागतात.

(१०) नाकावर---सडेतोडपणा, धायकुत्या स्वभाव, व्यवसायांत श्रीमत भागीदार मिळून उत्कर्ष, पुष्कळ जलप्रवास, श्रीमत स्त्रीशी विवाहबद्धतेचा योग.

(११) ओठावर---चोखंदळ व्यक्ति, मित्रपरिवारांत त्या व्यक्तिबद्दल बराच आदर असतो.

(१२) हनुवटीवर---ज्ञानाबरोबर कलात्मक प्रवृत्ति, स्वभाव साखरे-सारखा, येईल त्या सधीचा फायदा करून घेतल्यास आयुष्यात यशाची चढती कमान, सतत उद्योग, प्रवासाची हौस, सर्व आयुष्यभर सुखसमाधान भरपूर.

(१३) घशावरील तीळ---स्नेह उत्पन्न करणारी व्यक्ति, अत्यत विवेक-शील, लग्न झाल्यानतर व्यवसायात भरभराट, घराचा सहवास कमी पण उत्तरायुष्यात घरीच आसन स्थिर.

(१४) मानेवरील तीळ---शात स्वभावाची व्यक्ति, अधूनमधून किरकोळ आजाराने ती व्यक्ति त्रासून जाईल. व्यवसायात प्रगति अतिशय आहे, अचानक धनलाभ घडेल, पण मुले सर्व सपत्ति उधळून टाकतील व एखादे-वेळी कर्जबाजारी होण्याचीही पाळी येईल.

(१५) कोणत्याही हाताच्या मनगटावर अथवा मनगट व तळवा यां मधील जागेत---कष्टाळु, चतुर, विश्वासास पात्र, उद्योगात यशस्वी, सुस्वभावी सहकारी वागणुकीत चोख व नियमीत. पुरुष असाल तर दोन लग्नाचा योग निश्चित.

(१६) मनगट व दंड यामध्ये (कोणत्याही हाताच्या)---शात व उत्साही स्वभाव, उद्योगाबरोबर वाचनाचे दाडगे वेड, आयुष्याच्या मध्यान्ह-काली सुख-सपत्तीचा योग. पूर्वायुष्यात खूप कष्ट पडलेले असतात.

(१७) कोणत्याही हाताच्या कोपऱ्याजवळ---स्थिरता व विश्राति मिळणे, कोणाच्याही बाबतीत बरेच कठीण जाईल. प्रगति-पथावर जाण्यासाठी कोणता मार्ग स्वीकारावा याविषयी मनात सदा गोधळ, प्रवासाची प्रबळ

(१५७) तुमच्या जवळ जे चागल्यातले चागले असेल तें आपल्या मित्रासाठी ठेवा.

इच्छा त्यामुळे एके ठिकाणी बसण्याचा कटाळा, मग हातात पैसा कसा बरे राहणार ?

(१८) उजव्या अगर डाव्या दंडावर--मेहनतीने व मनगटाने अनेक अडचणीवर मात, अतिशय धीट व धैर्यशाली. "हाती घ्याल ते तडीस न्याल" हाच एक यशस्वी मूलमत्र. पुरुष असल्यास ४० च्या आसपास विधुर होण्याचा सभव, स्त्री असल्यास पतिच्या अगोदर मृत्यु.

(१९) डाव्या खाद्यावर-- "तिरसिगराव" म्हणून ओळखले जाल, सदा धसमुसळेपणा, लहान सहान गोष्टीवरून भाडणे, आळशी असलात तर प्रणयानद घ्याल. अधिक मुले होण्याचा योग. धंद्यात सर्वसाधारण यश.

(२०) उजव्या खाद्यावर—विवेकी, दूरदर्शी व विद्वान,इतराना तुमच्याबद्दल प्रीति वाटणार नाही, पण आदर आणि विश्वास खात्रीने वाटेल. आयुष्यात उत्तम सहकारी मित्र, भरपूर पैसा व प्रगति होणार. प्रवास करावा लागेल. आयुष्याचा जोडीदार चागलाच गाठणार यात शका नाही.

(२१) खादा व कबर यामधील भागावर कोठेही--सौम्य व शात प्रवृत्ति, स्वभाव काहीसा भित्रा, स्त्रीलपट, अविश्वासु, आरोग्य व पैसा याबाबतीत ऱ्हास, उतारवायात अनेक अडचणी दत्त म्हणून उभ्या राहातील.

(२२) कबरेवरील तीळ—उत्साह-मूर्ति, धैर्यवान, विश्वासु, धद्यात व प्रेमात हमखास विजयी, मित्राना पैसे देऊ नका. चागले मित्रसुख मिळणार नाही हे लक्षात ठेवा.

(२३) उजव्या माडीवर तीळ--नेमस्त वृत्तीचे, कोणत्याही बाबतींत तडजोडीस सिद्ध व्हाल. आयुष्यात यशस्वी तर व्हालच पण सासऱ्याकडूनही बराच पैसा मिळण्याचा सभव.

(२४) डाव्या माडीवर तीळ--जीवनात अतिशय कष्ट, प्रेमाच्या खेळापासून दूर, अविश्वासु मित्राचा भोवती गोतावळा.

(२५) डाव्या गुडघ्यावरील तीळ--सदा उतावीळ, खर्चिक, अविवेकी, तुमच्यात व विश्वासुपणात ३६ चा आकडा, आळशी असूनही धद्यात भरपूर यश; लग्नामुळे पैसा मिळणार.

(१५८)आलस्य इतके सावकाश प्रवास करते की, दारिद्र्य ताबडतोब गांठतें.

(२६) उजव्या गुडघ्यावर तीळ--गोड व विश्वासु स्वभाव सर्वांना भुरळ पाडील, प्रेमात व आयुष्यात एकदम यशस्वी, चागल्या मित्राची सगत, व्यवहारात बेताचेच यश.

(२७) कोणत्याही पायावर तीळ--विवेकशून्य, खर्चिक, सुस्त तरीसुद्धां बहुतेक अडचणीवर मात कराल, मनासारखा विवाह घडून येईल.

(२८) कोणत्याही पायाच्या घोटयावर--भीत्रटपणा, भपकेबाज, स्त्री असल्यास चतुर व व्यासगी, आयुष्यात यश व सपत्ती.

(२९) कोणत्याही पावलावर तीळ--दु खी, वाचनाची आवड, संकटें फार येतील, परंतु त्यातून निभावून जाल.

डोळयाचे स्वभावसूचक रंग

(१) काळे डोळे--प्रेमळ, भावनाप्रधान, गुप्तपणे आपलें कार्य साधण्याकडे कल, विश्वास असलेल्या तत्त्वाची व मताची सिद्धता पटविण्याची सतत खटपट, रोमाचकारी व अद्भुत प्रसगातून जाण्याची हौस, स्वभावाचा कल मत्सराकडे.

(२) पिगट डोळे--कोणत्याही गोष्टींत पूर्णपणे एकाग्र होता येत नाही, कष्टाळु, जास्त चतुर, भावनाशी प्रामाणिक, नव्या घडामोडीबद्दल उत्सुक.

(३) निळे डोळे--आशावादी, भावना-विवशता, प्रामाणिक, स्वतःच्या मनोवृत्तीच्या सल्ल्याने वागणे, खबीर मनोवृत्ति विशेष दिसून येत नाहीं.

(४) घारे डोळे--स्वभावात परस्पर-विरोधीपणा फार, म्हणजे काही व्यक्ति कल्पनातित चागल्या तर काही फार रागीट, लबाड व मत्सरी असतात. कुठलेही एक टोक (वाईट वा चागले) गाठण्याचा या व्यक्तिचा प्रयत्न चालतो. काहीं व्यक्ति अतिशय स्वार्थी तर काहीं अपूर्व त्यागप्रवृत्तिच्या असतात.

(५) करडे डोळे--सवेदनशील, मनोराज्यात दग होणाऱ्या व्यक्ति दर्शवितात.

(६) गडद निळे डोळे--प्रखर ध्येयवादीपणा.

(१५९) बोलतांना विचार करावा, बोलून विचारांत पडूं नये.

(७) काळा व निळा यामधील रग असणारे डोळे--बुद्धिमत्ता व वेडेपणा यांचे विचित्र मिश्रण, आपल्या मनावर विशेष ताबा असत नाही.

(८) पिवळसर डोळे (काविळीचे नाहीत)--फार सुदर दिसतात. शांत, निर्मळ प्रवृत्ति, अध्यात्माची अतिशय मनापासून आवड, ध्येयप्रधान; परतु द्विधामनोवृत्तिमुळे हताश झालेले.

डोळयांची ठेवण काय सांगते बघा !

(१) डोळयातील बाहुल्या मोठया असलेल्या व्यक्ति—अतिशय भावनाप्रधान व मनमिळाऊ वृत्तीच्या असतात.

(२) त्रिकोणी बाहुल्या—गुन्हेगारी व वाईट चारित्र्य दर्शवितात.

(३) बाहुल्यातील खालचा भाग अधिक पाढरा असणें--निराशावादी स्वभाव, मानसिक असतुष्टता व अशक्त शरीरप्रकृति दर्शवितो

(४) डोळयाचे बाह्यकोन खालच्या बाजूस वळलेले असल्यास--छिद्रान्वेषी व सशयी स्वभाव.

(५) टपोरे व गोल डोळे---स्वावलंबी व हुपार व्यक्ति, भावनाप्रधान.

(६) दोन डोळयांतील अतर कमी असणे---असहिष्णुतेचें द्योतक व अतर जास्त असणे--सहनशीलतेचे द्योतक.

(७) गालाची हाडे नैसर्गिकपणे वर असल्यास (अशक्तपणामुळे नव्हे) ती व्यक्ति साहसी व नवे अनुभव घेण्यास उत्सुक असते. ज्ञानार्जनाची अतिशय आवड असते.

(८) बावऱ्या नजरेचे लोक—स्वप्नाळू, असतात, त्याच्या हातून कुठलेंच कार्य नीटपणे घडत नाहीं.

(९) डोळे नैसर्गिकपणे लालसर असणारे लोक—छानछोकीची आवड असणारे, मत्सरी, न्यूनगडाने पछाडलेले व कुटिल नीतीचे असतात.

(१०) मिचमिचे डोळे--घाबरट, बुद्धिमान, मेहनती व्यक्तीचे असतात. त्याना आपल्या कुठल्याहि कार्यात आत्मविश्वासाची भावना वाटत नाही.

(१६०) वधूची निवड करताना नजरेचा उपयोग करण्यापेक्षा कानाचा उपयोग करावा.

बोटांवरून भविष्य जाणणे

(१) सारी बोटें उगमस्थानी एका रेषेंत असतात—सुस्वभावी व्यक्ति.

(२) तर्जनी या रेषेच्या खाली उगवली असल्यास—आपलेच घोडें पुढे दामटणारे, समाजात मिळून मिसळून न वागणारे लोक.

(३) अनामिका या रेषेच्या खाली असल्यास—बुद्धीचा समतोलपणा नसणे, बराचसा भोळसट स्वभाव.

(४) करगळी या रेषेखालीं असणे—दुबळा, मागे राहणारा, स्वतःचें वजन कुठेच पडत नाही त्यामुळे अपयश.

(५) करंगळी लाब व रेषेच्या वर असल्यास—कर्तबगार व महत्त्वाकांक्षी माणूस.

(६) अगठा मुठीत लपविणाऱ्या माणसापासून सावध रहा.

(७) तर्जनी व अगठा यामधे फट असणे—औदर्याचें लक्षण मानलें जाते.

(८) मध्यमा व अनामिका यांमधे फट असणे—विलासी वृत्ति दाखविते.

(९) मध्यमा व तर्जनीमधील फट असणे—स्वतत्रप्रज्ञा दर्शविते.

(१०) अनामिका व करगळी यामधील फट—स्वैराचार निर्देश करते.

(११) सारीं बोटे मागे बाक असणारी—आनदी व बडबड्या स्वभाव दर्शवितात.

(१२) सारी बोटे पुढे बांक असणारीं—भ्याडपणा व क्षुद्रता दर्शवितात.

(१३) मांसात रूतलेली आखुड नखे—अतिशय लबाड, विषयीं, क्रूर स्वभाव सुचवितात.

(१४) स्वभावतः गुलाबी व लालसर नखे—स्थिरता, सालसपणा दर्शवितात.

---

(१६१) स्त्रीची जीभ फक्त तीन इंच लाब असते; परंतु सहा फूट उंचीच्या माणसाला ती सहज 'ठार' करील.

युवतीचे हात

सबध जगात आयरिश युवतीचे हात अतिशय सौन्दर्यवान असतात असे सौन्दर्य-कसोटीच्या वेळी ठरविण्यात आले आहे. स्त्रियाचे हातावर सोनेरी लव असणे हें उत्तम स्वभावाचें चिन्ह आहे. पुरुषाच्या हातावर दाट केस असणें हे जरी मायाळु स्वभावाचे लक्षण असले तरी स्त्रियाच्या हातावर केस असणे म्हणजे लबाड वृत्तिची, नुसती वरवरून प्रेम करणारी स्त्री दर्शविली जाते. महाराष्ट्रीय मुलीचा हात नाजुक, मऊ, लांबसडक असून बोटाची टोके बहुधा निमुळती झालेली असतात. इंग्लिश स्त्रियाचे हात मांसल व पुष्ट असतात. अमेरिकन ललनाचे हात अरुंद व लाबसडक असतात. जर्मन स्त्रियाचे हात आखूड व पसरट पजाचे असतात. डाव्या हाताचा दंड स्पंदन करूं लागला की, मोठ्या घराण्यातील स्त्रीचा वा पुरुषाचा सहवास घडून येईल (वामेतर भुजस्पदौ वर स्त्री लाभसूचक:). सरळ ताठ उभे असताना ज्या व्यक्तिचे हात गुडघ्यापर्यन्त पोचतात ती व्यक्ति लोकप्रिय व सुप्रसिद्ध होते. (उदा. प. नेहरु, राजेन्द्रप्रसाद.)

चालण्यावरून स्वभाव जाणणे

(१) ज्या स्त्री–पुरुषांना पाय आपटीत किंवा दाणदाण आवाज करीत चालण्याची सवय आहे अशा व्यक्ति...हट्टी, आपलेच म्हणणे खरें करणाऱ्या, अहंमन्य असून बोलण्यांत चतुर असतात.

(२) पाय घासून चालण्याची सवय असणारे लोक...हळूहळू काम करणारे, व आळशी असतात, मात्र त्याच्या हातून कामात सहसा चुका मिळणार नाहीत.

(३) चोर-पावलानी चालणारे, म्हणजे चालताना पावलाचा आवाज बिलकुल होऊ न देणारे लोक...दुसऱ्याचीं बोलणी चोरून ऐकण्यांत पटाईत, दुसऱ्यांच्या गैरहजेरीत त्याची निंदा करणारे व अतिशय धूर्त असतात.

(४) चालताना अगर बोलतांना हाताचे तळवे एकमेकावर चोळणारे लोक खुनशी स्वभावाचे असतात; तसेच ते अतिशय असहिष्णु असतात.

---

(१६२) प्रेम हें हिऱ्यासारखे असतें; त्यात एकच दोष असतो. तें मौल्यवान असलें तरी अपूर्ण असतें.

(५) चालताना अगर बोलताना पाठीमागे हात ठेवणारे लोक...शिष्ट, अहमन्य, अवेळी अधिकार गाजविणारे असतात.

(६) चवड्यावर पाय टेकला न टेकला अशा थाटांत चालणारे लोक.. ...हुकूमशाही गाजविणारे असले तरी स्वभावाने सरळ वृत्तिचे असतात.

मनुष्याच्या बोलण्यावरून त्याची पारख करणें

(१) नेहमी मोठ्याने बोलणारे स्त्री-पुरुष....मोकळ्या मनाचे, स्पष्ट-वक्ते, बोललेले विसरणारे, व स्वभावाने दिलदार असतात.

(२) नेहमी कुजबुजणारे व हलक्या आवाजात बोलणारे लोक...धूर्त व लबाड असून बुद्धिमान असतात; अन्याय त्यांना सहन होत नाही.

(३) बोलताना मधून मधून खालचा ओठ चावण्याची सवय असणारी व्यक्ति...मत्सरी, दुसऱ्याचा उत्कर्ष सहन न होणारी व क्रियाशून्य असते.

(४) बोलताना कपाळावर नेहमी आठ्या असणारे लोक...रागीट, त्रासिक वृत्तिचे असतात; अशा व्यक्ति विशेष बोलत नाहीत.

(५) बोलताना डोळ्याच्या पापण्याची बरेच वेळा उघडझाप करणारे लोक...बुद्धिमान परंतु उतावळे असतात. त्याचे एकेठिकाणी मन सहसा स्थिर होत नाही.

सिगारेट ओढणाऱ्यांचें भविष्य जाणणें !

(१) सिगारेट न पेटविता नुसती बोटात पकडून सचित बसलेली व्यक्ति...अभिमानी किंवा दुष्टप्रवृत्तीची.

(२) जे लोक तोंडातून धूर खाली सोडतात--हट्टी स्वभावाचे, परंतु विचारवत असतात.

(३) जे लोक तोंडातून धूर वर सोडतात-जीवनातील सुख अनुभवलेले, रसिक, परन्तु लहान सहान प्रसगानो वाईट वाटून घेणारे असतात.

(४) धूर लवकर सोडणारे लोक-धैर्यहीन, सशयी असले तरी बुद्धिमान असतात.

(१६३) स्वतःच्या दारिद्र्यातच समाधान मानणारी व्यक्ति खरी श्रीमंत असते !

(५) धूर सोडताना ओठ बद ठेवणारे लोक—कोणत्याही गोष्टीची कधीच पर्वा न करणारे, धीट व जरा अहमन्य असतात.

(६) अगठा व तर्जनी यामधे सिगारेट ठेऊन तिचा जळणारा भाग तळहाताच्या बाजूने ठेवून सिगरेट ओढणारा-सुखी, आशावादी असून सर्वांत तो अतिशय लोकप्रिय होतो.

(७) तर्जनी व मधले बोट याच्यामधे बरोबर मध्यभागी सिगरेट धरून ओढणारी माणसे—मित्र होण्यास लायक, सरळ स्वभावाचे व उदार असतात.

(८) अगठा व तर्जनी यामधे सिगरेट धरून ओढणारा माणूस—आळशी, निराशावादी असला तरी स्वभावानें दिलदार असतो.

(९) अगठा व तर्जनी यामधे सिगरेट ठेऊन तिचा जळणारा भाग बाहेर ठेवणारे लोक—चिडचिडे व कलहप्रिय असतात.

(१०) धुरातून झुपके सोडणारे लोक—कल्पनावादी, अतिशय विचारी व भावनाप्रधान असतात.

(११) जवळजवळ सर्व बोटानीं सिगरेट धरून ओढणारे लोक—गभीर, एकांतप्रिय, चागल्या स्वभावाचे असतात.

(सिगरेट व बिडी यामधे फारसे अतर मानू नये)

आयुष्यांतील महत्त्वाची वर्षे

१० व्या वर्षी—थड पाण्याने अंघोळ केली असताही तुम्हाला सर्दी होत नाही.

२० व्या वर्षी—तरुण मुलींची प्रियाराधना करताना तुम्हाला भीति वाटत नाही.

३० व्या वर्षी—तुम्ही बदुकीशिवाय पक्षी मारण्याची प्रौढी मिरविता.

४० व्या वर्षी—तुम्ही नोकरीधद्याबद्दल अगदी निर्धास्त बोलतां.

५० व्या वर्षी—तुम्हाला प्रेताची भीति वाटत नाही.

६० व्या वर्षी—तुम्हाला तरुण स्त्रियात मुळीच सौदर्य दिसत नाही.

(१६४) एखाद्याने तुमचा विश्वासघात केला तर तो त्याचा गुन्हा होय; परंतु त्यानें दुसऱ्यादा तुमचा विश्वासघात केला तर मात्र तो तुमचा गुन्हा होय !

७० व्या वर्षी–तुम्हास उदास वाटते.

८० व्या वर्षी–एखाद्या कोंबडीचं पिल्लूही तुम्हाला भीत नाही.

९० व्या वर्षी–तुम्हाला भेटायला येणाऱ्यासमोर तुम्ही रडता.

१०० व्या वर्षी–तुम्ही तापान किंवा तापाशिवाय परलोकवासी होता.

जीवनांतील वर्षाचें महत्त्व

२० ते २५ वर्षाचा काल–हा जीवनांतील अतिशय महत्त्वपूर्ण काल होय. भूतकाल व भविष्यकाल यांना जोडणारा हा दुवाच होय. या वयात सर्व अवयवांची वाढ पूर्ण होऊन मनुष्याची आकलनशक्ति एकदम तीव्र असते. एखादी गोष्ट ते सहजतेने व शीघ्रतेने करू शकतात. २५ वर्षांचा माणूस एका तासात जितक्या गोष्टी शिकतो त्यांतल्या निम्म्या गोष्टीही ६५ वर्षाच्या माणसाला शिकतां येत नाहीत.

३० ते ४० वर्षांचा काल हा सर्वांगीण दृष्टीनें सुखी जीवनाचा काल असे मानण्यात येतें या कालात उत्साह, आकलनशक्ति अतिशय जोमदार असते. तसेच मनही कुठल्याही प्रसगाला तितक्याच उमेदीनें तोंड देण्यास तयार असते. मनुष्याची बुद्धि व विचार याच कालात परिपक्व होत आलेले असतात. मनुष्याचे व्यक्तिमत्व उठावदार होऊं लागतें व तारुण्यातील अल्लडपणा कमी होऊन सामाजिक, सास्कृतिक गोष्टी इकडे त्याचें मन ठाव घेऊं लागते.

४० ते ६० या वयात मनुष्य जरा चिडखोर बनू लागतो. त्याची दृष्टि व ताकद कमी होऊ लागते, स्मरणशक्तीही त्याच्यापासून दूरदूर जाऊं लागते. पैशाच्या दृष्टीनें बघितले तर मात्र या कालात सर्वात अधिक पैसा त्याच्याजवळ खेळत असतो. शारीरिक त्रासाच्या बाबतीत विसाव्या वर्षा-पेक्षां कामाचा सरासरी २० टक्के त्याला अधिक त्रास होतो. तसेच शारी-रिक चपळताही २५ व्या वर्षापेक्षां निम्मीसुद्धां त्याचेजवळ शिल्लक राहत नाही.

चित्रकार, कवि, डॉक्टर, वकील, यंत्रज्ञ, गणितज्ञ वगैरे लोकाना सर्वांत महत्त्वाचा काल म्हणजे ३० ते ४० हाच असतो. या कालाच्या जोरावर

(१६५) घोड्याची प्रशसा एक महिन्याच्या अनुभवानंतर करा आणि स्त्रीची एक वर्षानंतर.

तुम्ही म्हातारपणचे समाधान आजमावू शकता. राजकारणात ४० च्या पुढचा काल महत्त्वाचा मानण्यात येतो. तर सैन्यविभागांत ३० ते ४० हीं वर्षे महत्त्वाची मानली जातात.

निरनिराळ्या देशातील पुरुषांची स्त्रियाविषयीची आवड

(१) बारीक कमरेची, उच पायाची व नाजुक बांध्याची स्त्री...... इंग्रजाना प्रिय असते.

(२) किंचित स्थूल व हरिणाक्षी स्त्री....भारतवासियाना प्रिय असते.

(३) बारीक चिमुकल्या पायाची स्त्री......चिनी, जपानी लोकांना प्रिय असते

(४) उच व सरळ नाकाची स्त्री......तुर्की लोकाना प्रिय असते.

(५) उच, सावळी व थोराड स्त्री......अमेरिकन लोकाना प्रिय असते.

हस्ताक्षरावरून स्वभावज्ञान

हस्ताक्षरात मुख्यत. ४ गोष्टी येतात– (१) समास, (२) ओळीचा उतार, (३) ओळीतील अतर, (४) शब्दातील अक्षरे.

(१) समास (अ) मुळीच नसणे...लोभ
(ब) फार लहान...कृपणता
(क) फार मोठा...उधळपट्टी
(ड) वर लहान, खाली मोठा..उदार, मनमोकळा
(इ) वर मोठा, खाली लहान...काटकसरी
(ई) दोन्हीकडे सारखी जागा..सुव्यवस्थितपणाची आवड

(२) ओळीचा उतार–(अ) उजवीकडे खाली...उदास
(ब) उजवीकडे वर उचलणारा..महत्त्वाकांक्षी
(क) मध्ये खोलगट ओळी...प्रयत्नवादी
(ड) मध्ये उभार...समजूतदारपणा

(१६६) बाजारगप्पा स्त्रियांच्या मुखांतून दारोदार प्रसृत होतात; पण सुशील स्त्रीच्या दारी मात्र त्या 'राम' म्हणतात.

(इ) वर व खाली समिश्र...चचल मन
(ई) सर्पाकार...मुत्सद्दीपणा

(३) ओळीतील अंतर-(अ) पुष्कळ...औदार्य (ब)अगदी कमी...चिक्कू. (क) बेताचे...आटोपशीर, तारतम्य जाणणारा. (ड) काही ठिकाणी कमी, काहीं ठिकाणी जास्त...कल्पनाप्रिय, गैरशिस्त, अव्यवस्थित.

(४) शब्दातील अक्षरे-(अ) गोलाकार असणें-अहकार. (ब) तुटक-उधळेपणा. (क) प्रमाणशीर-अभिरुची श्रेष्ठ. (ड) अधुक, अस्पष्ट, एकात एक गुरफटलेली-दुबळेपणा, लबाडी. (इ) डावीकडे झुकलेलीं-भावनाप्रधान. (ई) उजवीकडे झुकलेली-मनोनिग्रही. (ड) सरळ उभी-बुद्धिवादी.

(५) सहीवरून स्वभाव-(अ) सही व इतर मजकूर याचे वळण व नूर एकच- प्रामाणिक. (ब) मजकुरापेक्षा सहीच प्रचड-आक्रमक वृत्ति. (क)सहीनतर पूर्णविराम-शहाणा व विचारी. (ड) सहीखाली मागे जाणारी रेघ-दक्ष, सावध, चतुर.



(१६७) आपत्ति नेहमी हानि करण्यासाठी येते असे नव्हे !

मेंदीचे गुणधर्म व तयार करण्याची कृति

ग्रीष्म ऋतूत शरीरात उष्णता जास्त असते; थंडी अगर उष्णता शोषून घेण्याची शक्ति आपल्या हातापायामधें अधिक असते; स्त्रीच्या शरीरात पुरुषांपेक्षां जास्त उष्णता असते असें मानले जातें; उष्णतेमुळें अनेक स्त्रियांच्या हातापायांच्या तळव्यांची आग होत असते. मेदी लावल्यानें डोळे जळजळणें, पायाना भेगा पडणें, अधिक ऋतुस्राव होणे, डोके दुखणें, पित्ताचा विकार होणें इत्यादि रोगाचे प्रमाण कमी होते. आवळ्याचें अगर ब्राह्मीचें तेल करताना मेदीची पाने अवश्य टाकावीत, त्यामुळें ताळू थंड होऊन केस पिकण्याचे थाबतात. मेदी लावल्याने रंग आणि सुगध या दोन्हीं गोष्टींचा फायदा घेतां येतो. मेंदीची कोंवळी पाने कुटून हाता-पायाच्या तळव्याना लावल्यासही हातापायांची जळजळ खूप कमी होते.

मेंदी तयार करताना प्रथम ताकाचें पाणी काढून एका भाड्यांत घ्यावें. मेदीची ताजी पानें घेऊन ती बारीक वाटावीत. मेदी वाटताना ताकाचें पाणी मधून मधून शिंपडावे. चांगली बारीक वाटलेली मेदी उत्तम रग देते. मेदी लावण्याच्या अगोदर हात चण्याच्या पीठाच्या योगे स्वच्छ करावेत. बारीक कुटलेल्या मेदीमधें डिंक घालून हातापायांवर वेलबुट्टी काढणें, हंस-मोरादि चित्रे काढणे इत्यादीमधे राजस्थानच्या बायका पटाईत आहेत. डोक्यावरचे केसही मेदीने काही लोक रगवतात, अशा वेळी मेदी सुकल्या-वर ती तेल लाऊन काढावी म्हणजे रंग फार वेळ राहत नाहीं.

पंचरसानें युक्त असणारी लसूण

लसणीमधे ६ पैंकी ५ रस आहेत; एकच रस (षड्रसापैकी) कमी अस-

त्यामुळे लसणीस "रसोन" असें नाव आहे. लसूण मुळात तिखट, पानात कडू, दाड्यात तुरट, अग्रात खारट व बीजात मधूर असे ५ रस तीमधे असल्याने वात व कफ यावर ती फारच गुणकारी आहे. सधीवातावर लसणीचे तेल फार वापरतात. लसणीचे शत्रू म्हणजे दूध, उष्ण पाण्याचें स्नान, मस्तकावर व कपाळास तेल चोळणे, उन्हांत जाणे, फार पाणी पिणें, गूळ खाणे वगैरे. लसणीच्या रुपया भार कळ्या नागवेलीच्या (विड्याच्या) पानात गुडाळून त्यावर ओल्या मातीचा लेप करून फुफाटचात भाजल्यावर कुस्करून सैंधव व तुपाबरोबर सकाळीं खाव्यात, वृद्धावस्थेत अतिशय गुणकारी असते; मात्र लसणीचे शत्रू दूर ठेवावेत.

कुत्र्याची छत्री

कुत्र्याची छत्री पावसाळ्यात उकीरड्यावर, शेणखताच्या ढीगावर, गाई-गुरांच्या गोठ्यांत, कुजणाऱ्या लाकडावर, सडलेल्या पालापाचोळ्यावर उगवलेली पुष्कळ वेळा आपल्या पाहण्यात येते. कुत्र्याच्या मुतापासून ही उगवते अशा चुकीच्या समजुतीने या वनस्पतीस "कुत्र्याची छत्री" असें म्हणतात. अशा वनस्पति अगांतुक असतात; कारण दुसऱ्या जिवंत किंवा मृत प्राण्यानी अथवा वनस्पतीनीं तयार केलेल्या आयत्या अन्नावर त्याची उपजीविका होते; कारण स्वावलबी हरितद्रव्य (क्लोरोफिल) यामधे नसल्याने जमिनीतील क्षार व हवेतील कर्बवायू यापासून त्याना स्वत.चें अन्न तयार करता येत नाहीं. या आळंब्याच्या रासायनिक पृथक्करणात ८८ टक्के पाणी, ३·५ टक्के प्रथिनें (Proteins) ६ टक्के नत्रयुक्त पदार्थ, २ टक्के चरबी, रक्षा वगैरे गोष्टी आढळल्या.

विड्याच्या पानाची लोकप्रियता

बहुसख्य लोकाना धूम्रपानापेक्षा पान खाण्याचीच जास्त गोडी आहे. एकट्या मुबई शहरात रोज सुमारे १ लाख पयाच्या पानपट्ट्या खपतात. रोज सुमारे ९० लाख पाने पुणे, कोल्हापूर, मिरज, वसई, नाशीक, निपाणी, चिकोडी वगैरे ठिकाणाहून येत असतात. यातील सर्वांत चागली

(१६९) निराशेच्या पोटी उत्पन्न होणारी आशाच खरी कार्यकारी व सिद्धीप्रद असते.

पाने पुण्याची पूना कळी किंवा पाटडा म्हणून प्रसिद्ध आहेत पानपट्टीचा धंदा फार किफायतशीर असून गळ्यात चौकट अडकवून फिरणारा पान-वाला रोज ३।४ रु. सहज कमावतो भुलेश्वर, चौपाटीवरील काही प्रसिद्ध पानवाले रोज ३०० रु. पर्यंत कमाई करतात. पानपट्ट्या २ पैशापासून १०० रु. किमतीच्या असतात. कस्तुरी, प्रवाळ, उत्तम सुगंध, अफू वगैरे घातल्याने पानपट्ट्याची किंमत भरमसाट वाढते.

फूलदाणीतील फुलें ताजी राखणे

(१) फूलदाणींतील पाणी रोज बदलावे व बदलताना दरवेळी फुलांचे देठ १/२ ते १ इंच खुडावेत.

(२) दर १५ दिवसानी फूलदाणी साबणाच्या कढत पाण्याने धुवून टाकावी.

(३) फूलदाणी तोंडाशी अरुंद व निमुळती असावी व फुलाचे देठही लांबच तोडावेत.

(४) पाने अगदी मोजकीच २।३ ठेवावींत, त्यापेक्षा जास्त पाने ठेव-ल्यास फुले लवकर कोमेजतात.

(५) फुले तोडल्यावर त्यांचे देठ १ इंचपर्यंत उकळत्या पाण्यांत १ सेकंद-भर किंवा मेणबत्तीच्या ज्योतीवर धरावीत व नंतर फूलदाणीत व्यवस्थित ठेवावींत.

(६) फूलदाणीत पोटॅशियम परमँगनेटचा एखादा कण टाकून चिमूट-भर मीठ टाकावे म्हणजे फुलाची टवटवी टिकून राहते.

वृक्षारोपणाचे महत्त्व

प्राचीन काळी घराच्या उत्तरेस वटवृक्ष, दक्षिणेस औदुंबर, पूर्वेस पिंपळ, पश्चिमेस पलाक्ष (पळस) इत्यादि झाडे असणे उत्तम, असे मानलें जात असे. हे चारहि वृक्ष पवित्र मानले गेले आहेत.

दशकूपसमा वापी, दशवापी समोह्रद. ।
दशह्रत्समः पुत्रो दशपुत्रो समोद्रुम. ।।

(१७०) शिक्षक हा वयानें वृद्ध होत असला तरी ज्ञानानें तो नेहमीं तरुणच असतो.

एक वृक्षारोपण केल्यानें १० मुलाना जन्म दिल्याचे पुण्य मिळते. हे अतिशयोक्तिचे उदाहरण सोडून दिले तरी वृक्षारोपण हें अनेक कारणास्तव अति महत्त्वाचे आहे. वृक्षाच्या बाबतीत कवीचे सकेतहि ठरून गेलेले आहेत गरोदर स्त्रीच्या स्पर्शानें प्रियगु वृक्ष बहरतो, अशोक-वृक्षाला तरुण स्त्रीचा पादाघात प्रिय असतो, तर आत्मवृक्षास तिचा मधुर फुंकर गोड वाटतो, केवडयास तरुणीच्या नाचाची फार आवड दिसते. असो. हवामान, पाऊसपाणी, जमिनीचा कस इत्यादि गोष्टी वृक्षारोपणापासून बदलू शकतात.

कांद्याचे विविध उपयोग

(१) बहुतेक नेत्रदोषावर (डोळे येणे, त्ळावणे, डोळयाची आग होणे, लाल होणे) काद्याचा रस २।३ थेब सकाळ सध्याकाळ डोळयात घालावा.

(२) दिव्यावर पतंग, किडे, फुलपाखरे जास्त येत असल्यास दिव्याशेजारी कादा चिरून बाधावा.

(३) गाधीलमाशी चावलेल्या ठिकाणी कांद्याचा रस चोळल्यास लगेच दाह कमी होऊन बरे वाटते.

(४) काद्याच्या रसाने कागदावर लिहावे व वाळल्यावर पाहिजे असेल तेव्हा कागद दिव्यावर धरून गरम केल्यास कागदावरील मजकूर स्पष्ट उमटलेला दिसेल.

(५) गूळ व कादा नियमित खायला दिल्यास मुलाची लवकर वाढ होते.

(६) काद्याचा (कादा फोडून) वास नाकातून येणारे रक्त थाबवितो; तसेंच घेरी येऊन पडलेला मनुष्य काद्याच्या वासाने उठतो.

(७) कांदा थंड असल्याने उन्हाळयाच्या दिवसात तो नियमीत खात गेल्यास उन्हाळा बाधत नाही.

(८) काद्याचें पोटीस उत्तम होतें. कांदा गरम राखेत घालून भाजावा व मग सोलून त्याच्या पाकळया गळवावर गरम गरम बाधाव्यात. दुसऱ्या दिवशीं गळू पिकतो अगर गळवाचा निचरा होतो-

झाडाचें आयुष्य

झाडाचा बुधा जर आपण आडवा छेदला तर कापलेल्या बुंध्याच्या ठिकाणीं आपल्याला बरीचशीं वर्तुळे दिसतील, त्यातील प्रत्येक वर्तुळ झाडाचें एक एक वर्ष दाखविते; याप्रमाणें जितकी वर्तुळे त्या कापलेल्या बुंध्यावर आपल्याला दिसतील तितके त्या झाडाचें आयुष्य असे मानायला हरकत नाही. ज्या वर्षीं झाड जोमात वाढले गेलें असेल त्यावर्षी वर्तुळास चागलीच जाडी म्हणजे स्पष्टपणा दिसून येतो. झाडाचें आयुष्य ओळखण्याची ही खूण बरीच सत्यता दर्शविते असे आढळलें.

वनस्पतीचा रंग हिरवा कां असतो ?

झाडात अन्नाचें जे उत्पादन होते ते मूलतः साखरेच्या (कार्बोहायड्रेट) स्वरुपांत होते. झाडाच्या मूळानी शोषलेल्या पाण्यातील हैड्रोजन व झाडाभोंवतालच्या हवेतील कार्बनडायऑक्साईड याचा एकमेकाशी संयोग होऊन झाडात प्रथम अन्न तयार होतें, याकरितां सूर्यप्रकाश असणे अत्यंत आवश्यक आहे; कारण त्याच्याच मुळे दोघाचें मीलन घडून येते. झाडांत क्लोरोफिल नावाचा जो एक घटक आहे, तो सूर्यप्रकाशांत हवा व पाणी यांचा सयोग घडवून अन्न तयार करतो. या क्लोरोफिलमुळेच वनसृष्टि नेहमी हिरवीगार दिसते. वनस्पतीत अन्नोत्पादनही या क्लोरोफिलमुळें होतें हे लक्षांत ठेवावे.

झाडांना सूर्यप्रकाश किती मिळतो ?

सूर्यप्रकाशाचा ६० टक्के भाग वातावरणात शोषून घेतला जातो, त्यामुळे तो जमिनीपर्यंत पोहोचू शकत नाही. उरलेला ४० टक्के भाग जमिनीवर पडतो; परतु पृथ्वीवर ३/४ भाग पाणीच असल्याने सूर्यप्रकाशाचा फारच थोडा भाग जमिनीकरितां शिल्लक राहतो. बरे, झाडावर जो सूर्यप्रकाश पडतो तो तरी झाडाच्या वाटयाला सर्वस्वी कुठें येतो; त्यांतील कांहीं पानांवर परावर्तित होऊन बाहेरच्या बाहेरच फेकला जातो,

(१७२) लोकशाही म्हणजे विचारविनिमय करून, नाना मतें संकलित करून, त्यांचा समन्वय करून चालणारी राज्यव्यवस्था.

तर काही भाग पानातून आरपार निघून जाऊन नाहीसा होतो, अशारीतीनें झाडाना अन्नोत्पादन करण्यास मदत करणारा २ टक्के सूर्यप्रकाशच फक्त उपयोगात येतो.

झाडे, फळें व फुलें यांच्याशी जोडलेले गुणावगुण

पारिजातक...... . ...कोमलता
उंबराचे फूल........ दुर्मिळता
गुलाबाचे फूल.........सौंदर्य
सदाफुली............दिखाऊपणा
जाईचे फूल ....मनाची शुद्धता
झेंडूचे फूल...,..मनाचा हलकेपणा
तेरडा............मर्यादीतपणा
सूर्यफूल...........गर्विष्ठपणा
गव्हाचे ताट........श्रीमती
अननस............सर्वगुणसंपन्न
शेवतीचे झाड......कठीण प्रसंगीही आनंदी स्वभाव
आळू ....उथळपणा
बटाटा............औदार्य
भोपळा............विस्तार
हिरडा............उपासमार
बाभूळ............गुप्तप्रेम

सूर्यफुलाचें तोड सूर्याच्याच दिशेने कां फिरते ?

प्रत्येक वनस्पतिची जो वाढ होते ती खालील ३ मूलभूत प्रवृत्तीना अनुलक्षूनच होत असते. (१) भूमध्यानुवर्तित्व (Geotropism) झाडाचें मूळ भूमीच्या मध्याच्या दिशेनेच प्रवास करते–एखाद्या रोपट्याचे मूळ उर्ध्व दिशेस करून जमिनीत पेरले तरी पुन्हा उलट होऊन ते अधोदिशेनेच जाऊ लागते (२) जलाकर्षण (Hydro–tropism) झाडांच्या मुळ्या पाण्याच्या दिशेनेच नेहमी प्रवास करतात (३) प्रकाशाकर्षण (Photo tropism) झाड प्रकाशाकडेच धाव घेत असते. झाडाच्या खोडात पानात व फुलांत हें प्रकर्षाने दिसून येते. या ३ मूलभूत प्रवृत्ती प्रत्येक वनस्पतीत सारख्याच प्रमाणात विकसीत होत नाहीत. सूर्यफुलाबाबतीत प्रकाशाकर्षणाची प्रवृत्ति जास्त प्रमाणात असल्यानें सूर्यफुलाचें तोड सूर्याकडे असते. कमळामध्यें सूर्यकमळे, चंद्रकमळे असे प्रकार दिसून येतात.

ब्राह्मीचें तेल घरी बनविणे

ब्राह्मीचा पाला, बेलाची पाने, कडुनिंबाची पानें, बिया काढलेले आवळ

समभाग घेऊन त्यात तेवढेच खोबरेल तेल घालून मदाग्नीवर आटवावें. पाणी आटल्यावर शेगडीवरून खाली उतरावे व थड झाल्यावर गाळून घ्यावे. त्यात सुवासाकरिता वाळचाचें तेल टाकावे. केस काळे करण्याकरितां हे तेल चुलीवर ठेवतानाच त्यात थोडा हिराकस (Ferrous Sulphate) टाकतात, त्यामुळे या तेलाला जरा काळसर रग येतो. हिराकसने केस तात्पुरते काळे दिसतात; कायमचे होत नाहीत.

प्रत्येक रोगावर वनस्पति असतेच

जाळलेल्या स्पजाच्या राखेने सधिवात जातो, त्यांत असणाऱ्या आयोडिनचा सधिवातावर फार उपयोग होतो. जायफळ कापले की, ते मेंदूसारखे दिसते व त्यावरची जायपात्री रक्तवाहिन्यासारखी दिसते, म्हणून मेंदूच्या विकारावर जायफळ व प्ल्युरिसीवर जायपत्रीचा औषध म्हणून उपयोग करण्यात येतो. ताबडा गुलाब रक्तवर्धनासाठी देतात. ठिपक्याच्या वनस्पति ठिपक्याच्या रोगावर (काजिण्या, गोंवर, देवी) उपयोगात आणल्या जातात. जखमावर रुई, बाभूळ इत्यादि चिकाच्या वरस्पतीचा उपयोग होतो. तसेंच मूल नको असल्यास बिनफुलाच्या वनस्पती व मुलें हवी असल्यास बहुबीज फळे खावींत असे सागितलें आहे.

चंदनाचें झाड

चदनाचे झाड स्वयजीवि नाही; परोपजीवि आहे, ते दुसऱ्या झाडाच्या मुळाचा जिन्नस शोषून घेऊन वाढते. काहीं वेळेस ही झाडे एकमेकाचा जीवनरस सुद्धा शोषून घेतात, अशा वेळी अशक्त झाड मरते. चंदनाचे झाड इतर झाडाप्रमाणे कार्बनडायऑक्सॉईड पासून कार्बोहैड्रेट व सूर्यप्रकाशा–पासून हरित–द्रव्ये मिळविते; परन्तु इतर पोषणद्रव्ये मात्र जमोनीतून शोषून न घेतां इतर झाडांच्या मुळांतूनच शोषून घेते.

चदनाचे झाड वाळायला लागले अगर झाडाची पूर्ण वाढ झाल्यावरच त्यात सुगध निर्माण होतो.

(१७४) अज्ञ, श्रद्धाहीन व सशयखोर मनुष्याला कधीहि सुख मिळत नाही.

चंदनाचे झाड चटकन् पेट घेते; तसेच चंदनाचे झाड जनावराचे फार आवडते खाद्य आहे. चंदनाचे झाड चांगल्याप्रकारें वाढवावयाचे असेल तर त्याचे आग व जनावरें यापासून संरक्षण करायला पाहिजे. चंदनाचे पिकलेले फळ पक्षांना फार आवडते. उत्तम चंदनाची खूण अशी की, ते वरून पांढरे, तोडले असतां लाल, उगाळताना पिवळसर व रूचीला कडू असले पाहिजे.

लिंबाचे विविध उपयोग

(१) डोकेदुखी : कोऱ्या चहांत लिंबू पिळून घेणे.

(२) मधमाशी, मच्छर यांच्या दंशावर : लिंबाचा रस चोळावा.

(३) यकृतांत (पोटाचा) कोणचाही दोष उत्पन्न झाल्यास : ऊन पाण्यात लिंबाचा रस घालून प्यावे.

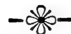
(४) अंगावरील (विशेषतः चेहऱ्यावरील) डाग : लिंबाचा रस चोळल्याने निघतात.

(५) डोक्यात होणाऱ्या खवड्यावर व त्वचारोगावर : लिंबाचा रस चोळावा.

(६) दातावरील मळ, कीड, दुर्गंधी : लिंबाचा रस पाण्यात टाकून गुळण्या कराव्यात.

(७) कॉलऱ्यावर रामबाण : लिंबाच्या रसांत पाणी मिसळून वरचेवर देत जावे.

(८) गरोदर स्त्रियांना वांति, मळमळणे, मूत्राशयातील पीडा, करपट ढेकरा यावर लिंबाचा रस पाण्यातून घ्यावा.



(१७५) जगात ज्याला चांगलं रहायचं आहे त्यानं मन आवरलं पाहिजे.

व्यावहारिक गोष्टी : : : ८

व्यवहाराच्या गोष्टी

(१) फाटलेल्या मच्छरदाणीस रगीत कापडाची चारी बाजूस किनार लाऊन खिडक्याना पडदे शिवल्यास चागले दिसतात

(२) फार वापरल्याने खरखर होणाऱ्या ध्वनिमुद्रिकेस कापसाचा बोळा रॉकेलमधे बुडवून घासावा व मग स्वच्छ फडक्याने पुसल्यास आवाज व्यवस्थित ऐकू येतो.

(३) शाईप्रमाणें उठणाऱ्या पेन्सिली कांहीं दिवसानी उठेनाशा झाल्यास पेन्सिलीच्या टोकावर १।२ थेंब टर्पेंटाईन सोडावें.

(४) संसाराची यादी : स्टेनलेसच्या एकात एक राहणाऱ्या २/४ पातेल्या, ३।४ ताटे, ६ वाटया, ६ फुलपात्रे, २ गडवे, हडा, घागर, झांकण्या, १।२ ताटल्या, पितळी पिप, ६ कपबशाचे जोड, लोणच्या-मोरंब्याच्या ४।५ बरण्या, पितळी डब्यांचा संपूर्ण सेट, स्टोव्ह, ३ शेल्फ, कपाट, चटई, जाळीचें कपाट, आरसा, ३।४ ट्रका, १ सूटकेस, २।३ खुर्च्या, टीपॉय, वहाणा ठेवण्याचे शेल्फ, हॅंगर्स, मोठी सतरजी, गजराचे घडयाळ, एक कॉट, २ केरसुण्या, साबण, नॅपकिन, २।४ खुंटाळी, ३ गाद्या, ४ चादरी व तितकेच पलगपोस, खणाचे टेवल, शिवणाचे मशिन, बब, १ डझन चमचे व जमल्यास रेडिओ.

(५) कोबीत ९१·५ टक्के पाणी असतें.

(६) पोटात केस गेल्यास अननस खाल्ल्याने ह्याचे पाणी होते.

(७) कपिलाषष्ठीच्या योगात भाद्रपद शुद्ध षष्ठी मंगळवारी अगर रविवारी येऊन त्या दिवशी व्यतिपात व रोहिणी नक्षत्र असले पाहिजे.

---

(१७६) हक्कासाठी झगडण्यापेक्षां कर्तव्याशी प्रामाणिक रहा.

(८) हलवा करण्याची रीत–शेगडीवर परात ठेऊन त्यात तीळ घालून त्यावर थोडा थोडा पाक ओतून तिळ–हलवा बनवतात. तीळ प्रथम चपटे असतात; परतु आटवून घट्ट केलेल्या पाकाच्या केशाकर्षणशक्तिमुळें त्याच्यावर पाकाची पुटे चढून त्याना गोलाकार प्राप्त होतो; तीळ असे गोल झाले आणि त्यावर पाक टाकला म्हणजे जवळ जवळच्या दोन तिळाचे सूक्ष्म बिंदु एवढे भाग एकमेकाच्या सपर्कांत येऊन या बिंदूवर पाकाचा छोटासा एक थर बनतो. हे खूट म्हणजेच काटयाची सुरुवात. नतर जसजसा पाक टाकावा, तसतसा या खुटावर थर बसत जातो व पुढे त्याचें काटयांत रूपांतर होते. खुटाच्या मधील खोलगट जागेत पाक चिकटपणामुळे पोहोंचूच शकत नाही.

(९) चष्म्याची फ्रेम गोलाकार ठिकाणी तुटते ती साधण्यास मोडलेला कंगवा घेऊन दिव्यावर धरला असता जो द्रव-पदार्थ निघेल तो तुटलेल्या ठिकाणी लावल्यास फ्रेम साधतां येते.

(१०) लोकरीचे जुने स्वेटर्स अगर पायमोजे उसवून निरनिराळी रग-संगति साधून सुदरसे रगीत ब्लॅकेट तयार करता येते.

(११) बाभळीच्या डिकाचें दाट पाणी करून त्यात तांबडी अगर काळी शाई मिसळून चमकदार होण्यास चिमूटभर पिठीसाखर टाकून चांगलें गंध तयार होते.

(१२) साधारणपणें एक चहाचा चमचा
Tea Spoon––६० थेब (मिनिम)
१ डेझर्ट स्पून ––२ चहाचे चमचे.
१ टेबल स्पून ––४ चहाचे चमचे.
८ चहाचे चमचे ––१ औस.
१ चहाचा कप ––८ औस.
४ चहाचे कप ––१ पिंट.
स्वान इकची वाटली–२ औस.

(१७७) भरपूर ज्ञान मिळवावयाचे असेल तर वाटेल त्या भाषेचा आश्रय करावा.

स्पिरिटची बाटली –२४ औस.

घासलेटचा डबा––४ गॅलन.

(१३) जाड कपडा शिवण्याचे वेळी सुई मोडू नये म्हणून कापडावर शिवणाचे जागी साबण चोळावा, म्हणजे सुई न मोडता झटकन् शिवले जाते.

(१४) उसवलेल्या लोकरीने बनविलेला जिन्नस सफाईदार होण्यासाठीं ही उसवलेली लोंकर चागल्याप्रकारे बनविण्यास अॅल्युमिनियमच्या बरणींत अगर पातेल्यात खूप कढत पाणी ओतून त्याच्याभोवती ही लोकर गुंडाळून ती काही वेळ तशीच राहू द्यावी; त्यामुळे लोकरीचा पीळ व जुनाटपणा नाहीसा होतो व लोकर अगदीं नव्यासारखी भासते.

(१५) रेशमाचा धागा अंबाडीच्या धाग्यापेक्षा तिप्पट मजबूत असतो.

(१६) दरवर्षीं मार्च महिन्याच्या तारखेस जे वार येतात तेच त्या वर्षीं नोव्हेबर महिन्यात येतात.

(१७) १२०० फूट लाबीवरून मनुष्य आपल्या उचीच्या पावपट भासतो.

(१८) पाच मिनिटाचा कार्टून-चित्रपट दाखविण्याकरिता १४००० स्थिरचित्रे कॅमेऱ्याने घ्यावी लागतात.

(१९) बारीक किंवा हाडी ताप जाण्यासाठी दररोज सकाळी शौच-मुखमार्जन झाल्यावर पारिजातकाची ७/८ पाने चावून त्याचा रस गिळावा व चोथा फेकून द्यावा. याप्रमाणें ७, १४, २१ दिवस करावे.

(२०) पालेभाज्या गोळा अगर पातळ करिताना शिजलेल्या भाजीस पेरून पीठ लाऊ नये. गार पाण्यात कालवून पीठ घातले असतां पीठाच्या गांठी न होता भाजी एकजीव होते व मिळून येते. ओशट भाडी विसळण्यास साबणाऐवजी गव्हाचा अगर तादुळाचा कोडा, अगर चहा झाल्यानतर खाली राहिलेल्या गाळानेही भाडयाचा ओशटपणा निघतो. कांचेच्या बशा, चादीची भाडी अगर चिनो-मातीची भांडी धुण्यास थोडे ज्वारीचे पीठ घ्यावें उत्तम निघतात.

(१७८) बुद्धि, शील, आरोग्य ही साभाळली तरच जीवन आदर्श होऊ शकेल.

(२१) सारग राग जेवताना वाजविला असतां जेवण गोड लागतें.

(२२) विडा खाल्ल्यावर पदार्थांची चव जीभेस चागली कळत नाही; म्हणून विड्यातून कोयनेल घेतल्यास तितके कडू लागत नाही.

(२३) सोडा अगर सोरा खाल्ल्यास पाणी बेचव लागते, तर आवळा खाऊन पाणी प्यायल्यास गोड लागते.

(२४) 'बेडकी' नावाची वनस्पति आहे, तिचे पान चावून वर गूळ अथवा साखर खाल्ली तर ती निव्वळ मातीप्रमाणें लागते.

(२५) गधाची बाटली बूच न लावता उघडी ठेवल्याने गध घट्ट होते, त्यावेळी बाटलीत थोडे स्पिरिट टाकल्यास गध पातळ होऊन उपयोगात येते.

(२६) घरगुती स्नो बनविल्यास शुद्ध खोबरेल तेल (२ छटाक), बदाम तेल (½ शेर), पांढरे मेण (२ छटाक) घेऊन विस्तवावर पातळ करावें. एका चिनी मातीच्या भांड्यांत ते मिश्रण घेऊन रवीने चागलें घट्ट व पांढरे होईपर्यत घोटावें. घोटल्यानतर १ छटाक शुद्ध ग्लिसरीन त्यात मिसळून १/२ तास चागले घुसळावे. त्यात सुवासाकरिता सेट अगर गुलाब-पाणी घालावें.

(२७) कॉलऱ्यावर बडोद्याचे प्रो माणिकराव याचा खात्रीचा उपाय-चिनी-मातीचे किवा कल्हईचे भाडे घेऊन त्यात चिच पाण्यात खूप कोळावी व बरबट तयार करावे ते मोठ्या माणसाकरिता ६ औस (१२ मोठें टेबल स्पून), मध्यम माणसाकरिता ४ औस व लहान मुलाकरिता २ औस घेऊन त्यात बिब्बा सुईस टोचून तो मेणबत्तीवर धरून त्याचे जितके औस चिचेचे बरबाट तितकेच थेब टाकावेत, कॉलऱ्याचा जोर अधिक असल्यास अर्ध्या तासाने १ औस (७।८ चहाचे चमचे) व मुलास त्याच्या अर्धे व जोर कमी असल्यास तासास १ औस द्यावे. २४ तास पाण्यासकट काहीही खाण्यापिण्यास देऊं नये. हे पेय पोटात गेल्याने झाडा व लघवी ताबडतोब बद होते कॉलरा चालू असता प्रत्येकाने खाण्यात चिच, लिबू, ताक, कोकम, कांदा, लसूण, कच्चा आबा यांचा सर्रास उपयोग करावा.

(१७९) सस्कृति ही निरतर बदलणारी व सदैव विकासी असते.

(२८) चंद्राचे क्षितिजावरील अस्तित्व आधानकाली गर्भास पुल्लिंगी देह देण्यास कारणीभूत होत असते.

(२९) मोठमोठ्या शहरातील मृत्युसंख्या चतुर्थीपासून एकादशीपर्यंत कमी व द्वादशीपासून ते तृतीयेपर्यंत अधिक असते असें आढळले आहे.

(३०) लोखंडी बादल्या बऱ्याच वेळा आतून व बाहेरून रोजचे धुणें धुण्यामुळे चिकट झालेल्या दिसतात; अशावेळी बादल्यांना थोडेसे रॉकेल आतून व बाहेरून लावल्यास त्याचा चिकटपणा निघतो, नंतर बादल्या स्वच्छ घासल्यास कोऱ्याप्रमाणे भासतात

(३१) शिळी अगर जून झालेली लिंबे पिळून त्याचा रस बाटलीत मीठ घालून ठेवावा, भांडी स्वच्छ करण्यासाठी त्याचा उपयोग होतो. साबणाचे बारीक बारीक तुकडे पाण्यात विरघळून बाटलीत भरून हात धुण्यासाठी वापरता येतात.

(३२) मुंबईत शे. ९५ टक्के लोक घरात स्टोव्ह वापरतात. कढ येणारी भांडी स्टोव्हवर वापरू नयेत, कारण तापून लाल झालेल्या बर्नरवर पाणी पडून त्याचे आयुष्य लवकर सरते. वाजवीपेक्षां जास्त हवा टाकींत भरूं नये, त्यामुळे निपलचे टोक लवकर झिजून मोठे होते व स्फोट होण्याची भीति असते. टाकीत तेल नसल्यास टाकी तापते व कल्हईने डाग दिलेले स्टोव्हचे भाग सुटून स्फोट होणे शक्य असते. स्टोव्हमधे तेल घालतांना त्याच्या तोंडावर कापसाचा बोळा ठेऊन तेल घालावे.

(३३) चांगल्या इमारतीचे आयुष्य साधारणपणें २०० वर्षांचे मानलें जातें.

(३४) पूर्वेकडे मनुष्य गात असता आवाज घराच्या दक्षिणेकडील खिडकींतून आल्यास गाणे दक्षिण बाजूस चालू आहे असे वाटते

(३५) यकृत बिघडले असता पाणी बेचव लागते व तोंडात कडवटपणा उत्पन्न होतो.

(१८०) आत्म्याचा विकास म्हणजेच शीलसंवर्धन व स्वत:ची व परमेश्वराची ओळख करून घेण्यास मनुष्यास समर्थ करणें होय.

(३६) झाडे सकाळी ४ ते ६ च्या दरम्यान जलद वाढतात असे आढळून आले आहे.

(३७) दिव्यांत तेल घालताना तैलपात्रात एक लहानसा कापराचा तुकडा टाकावा म्हणजे त्यायोगे प्रकाश चागला पडतो व ज्योतही घसघशीत दिसते.

(३८) १ पौंड वजनाच्या बुचाच्या आधाराने साधारण उंचीचा माणूस पाण्यात सहज तरंगू शकतो.

(३९) विमानात बसून १ मैल उंचीवर गेल्यास माणसाच्या दृष्टीच्या टप्यात ६०० मैलांचा प्रदेश यतो.

(४०) लोखडाच्या शेगडीस आतून मातीचा थर दिल्यास कोळसे कमी लागून तेवढी आचही फुकट जात नाही.

(४१) ८ घनफूट बर्फापासून १ घनफूट पाणी मिळते.

(४२) चागल्या दुधात ७७ भाग पाणी, ४ भाग चरबी, ५ भाग साखर, ३ भाग केसिन, ७ भाग क्षार व ३ भाग अल्बुमिन असते.

(४३) लिंबे थड पाण्यात घालून ठवली असता पुष्कळ दिवस टिकतात.

(४४) दर ६ माणसापैकी ४ माणसे तंबाखू खाणारी अगर ओढणारीं असतात.

(४५) लोखंडी नटाचा १ आटा २१ टन ओझे सावरूं शकतो.

(४६) साधारणपणे एका सदऱ्यास २१००० टक्के असतात.

(४७) एक्स्प्रेस गाडीच्या इंजिनास १ मैल जाण्यास १२० गॅलन पाणी लागतें.

(४८) पृथ्वीवरील लोकसंख्या २६० वर्षांत दुप्पट होते.

(४९) लाकडाच्या भेगा बुजविण्यास कळीचा व उडदाच्या डाळीचें पीठ याचे मिश्रण थोड्याशा पाण्यात भिजवून व त्यात बेल तेल टाकून नीट मळावें व लगदा करून तो भेगात भरावा.

(५०) हस्तिदत साधण्यास आयसिंग ग्लास (शुद्ध शिरस) पाण्यांत घालून फुगवावा व जलपात्रांत वितळून त्यात कोंबडीच्या अड्याचा पाढरा

(१८१) मानवी स्वभाव कधी बदलत नाही, तो त्रिकाल आहे तसाच आहे.

भाग समभाग मिसळावा व हे मिश्रण कुचल्याने हस्तिदताच्या तुकड्याना लावावें.

(५१) कपडे करण्यासाठीं कापड वर्षातून फार तर दोन वेळां घ्यावे असा नियम ठेवावा त्यामुळे कपडे वापरणाऱ्याच्या मनावर एक प्रकारचा दाब राहून कपडा बेताने व व्यवस्थित वापरता येतो.

(५२) बिनखळीची लुगडी उत्तम, मीठ व पेज दिलेली खादी वाईट. मांजरपाट बिनखळीचा आहे की नाही हे ओळखण्यास कापडाचा एक कोपरा पाण्यात भिजवून पिळून घासावा, खळ निघून गेली म्हणजे कापडाची खरी परीक्षा होते. चागला माजरपाट पिवळट रंगाचा असतो.

(५३) हरक व मलमल यातील कृत्रिम तकाकी कापड दोन बोटात धरून घासले तरी एकदम कळून येते.

(५४) बॅलन्स स्टाफच्या दोन्ही कडाना गंज चढल्यामुळे बरीचशी घड्याळे मधून मधून बंद पडतात. अशावेळीं घड्याळ खोलून समभाग रॉकेल व खोबरेल या तेलाने 'ऑईलिग' करावे. त्याकरिता वॉटर कलर पेंटिगचा मऊ केसाचा ब्रश वापरावा. मनगटावरील घड्याळांकरिता अधिक पातळ तेल लागते म्हणून २ भाग रॉकेल व १ भाग खोबरेल तेल वापरावे. विशेष कारण नसता बद पडलेली ७० टक्के घड्याळे चालू होतात.

(५५) शे. ४० फुलें पाढऱ्या रगाची असतात.

(५६) ताब्याची भांडीं ऑक्झॅलिक ॲसिड थोडेसे पाण्यात मिसळून त्यात भाडी कांही वेळ बुडवून ठेवावीत व नतर घासावी; गजलेली भाडी खूप स्वच्छ होतात.

(५७) पितळी भाडीं लाकडाच्या ओल्या राखेने स्वच्छ निघतात; तसेंच चिच व मीठ अगर लिबू-मीठ लावूनहि लख्ख निघतात.

(५८) लोखडी भाडी गंज चढू नये म्हणून चुना (चूनकळी विरवून तयार केलेला) लावून ठेवावीत, म्हणजे कित्येक महिने उपयोगात न आणतांहि स्वच्छ राहूं शकतात.

(१८२) नुसते भराभर वाचून सांठत जाणारे ज्ञान फळहीन वृक्षाप्रमाणे होय.

(५९) हळदीचे चूर्ण व टांकणखाराचें चूर्ण दिव्याच्या वातीत घालून दिवा पेटवल्यास ज्योत केशरासारखी लाल दिसते.

(६०) दगडावर विस्तव ठेवून लाल झाल्यावर वरून जर चुन्याचें पाणी टाकलें तर दगड फुटतो.

(६१) अड्यातील पांढरा बलक व फटकी यामधें वात भिजवून मिठाच्या पाण्यातून बाहेर काढल्यास वात जळत नाही.

(६२) तांदुळाच्या डब्यात आळ्या झाल्यास अगर होऊ नयेत म्हणून तांदुळात थोडेसे बिब्बे अगर वेखंडाचे तुकडे ठेवावेत.

(६३) कपड्यावर पडलेले डांबराचे डाग काढण्यास कापसाचा बोळा निलगिरी तेलात बुडवून डागावर घासावा व थोडा वेळ तसाच राहूं द्यावा. नंतर कपडा धुवावा. डाग जातो.

(६४) शिकेकाईच्या बियाची पूड पाण्यात टाकून रंगीत पातळे जर त्यात घातली तर धुताना ती स्वच्छ व झुळझुळीत राहून त्यांचा रंग जात नाही.

(६५) बॅटरीतल्या मसाल्यावर सायकलच्या ट्यूबचा तुकडा बसविल्यास बॅटरीवर हवेचा कमी परिणाम होऊन ती जास्त दिवस काम देते.

(६६) चड्डीत अगर लेंग्यात नाडी घालण्याकरितां किल्लीचा उपयोग केल्यास सुलभ जाते, किंवा सेफ्टी पीनही काम देते.

(६७) पावसाळ्यात छत्र्याच्या तारा गंजू नयेत म्हणून तारांवर-विशेषत: सांध्याच्या जागी थोडे व्हॅसलिन चोळावे.

(६८) कुंडीत लावलेल्या फूलझाडाचे कोंब चिमण्यानी खाऊं नयेत म्हणून कबुतराची अथवा कावळ्याची ५।६ पिसे एकत्र करून बांधून ठेवावीत.

(६९) अंगास लावण्याच्या साबणाची कागदी वेष्टने कपड्याच्या पेटीत टाकून ठेवल्यास कपड्याना एक प्रकारचा मोहक सुगंध येतो.

(७०) घरातील फर्निचरला स्वस्तात पॉलिश करण्यासाठीं जळलेल्या मेणबत्तीचे उरलेले तुकडे वितळवून टर्पेटाईनमधे टाकून मग फर्निचरला पॉलिश द्या.

---

(१८३) चित्र काढणे हा पोराचा खेळ आहे, पण थोराचें कौशल्य आहे

(७१) टेबलटेनिसचा चेपलेला कचकडयाचा चेडू थोडा वेळ गरम पाण्यांत ठेवल्यास त्याचा चेप तावडतोब निघतो.

(७२) पिळलेले लिंबू फेकून न देता आंघोळीच्या वेळेस त्याची फोड आंतील बाजूने चेहऱ्यावर घासल्यास चेहरा तजेलदार बनतो.

(७३) सर्कशीतल्या तबूस साधारणपणे १८ हजार वार कापड लागते, एकंदर ६ तुकडे मिळवन मध्यभागी २४० फूट उच असलेला तंबू तयार करतात.

(७४) रबर बनविताना त्यात गंधकाचें प्रमाण ३० ते ४० टक्के ठेवले तर व्हल्कनाईट किंवा अेबोनाईट हा अतिशय कठीण पदार्थ तयार होतो.

(७५) पडित नेहरूच्या नोकरवर्गापैकी ९५ टक्के नोकर मुसलमान जातीचे आहेत.

(७६) मुलाचा अगर आजाऱ्याचा चहा करण्याकरिता किटलीत चहाची पूड टाकून त्यावर उकळलेले दूध कढत कढत ओतावे, ३ मिनिटेपर्यंत झांकण ठेऊन नतर पेल्यात ओतून साखर घालून घ्यावा.

(७७) आरसे साफ करणे झाल्यास खडूची पाण्यात कालवलेली पूड व थोडासा प्रवाही अमोनिया या मिश्रणानी आरसा सारवावा, हे मिश्रण आरशावर साफ सुकले म्हणजे पांढऱ्या स्वच्छ फडक्याने नीट पुसून काढावे.

(७८) सुगंधीत कागद तयार करण्यास सुगंधी द्रव प्रथम टिपकागदावर शिंपडून व बरेच वजन ठेऊन टिपकागद सुकवावा. नतर हा टिपकागद दुसऱ्या कागदाच्या पोटात घालून वरून दडपण ठेवावे म्हणजे त्या कागदास सुगध येतो.

(७९) ताक करण्याची सोपी रीत म्हणजे ज्या बरणीत ताक करायचे असेल तीत अगदी कढत पाणी घालून रवीही त्यांत बुडवा, मग विसळल्या सारखे करून ते पाणी टाकून द्या. विरजण बरणीत ओतून, गार अगर क त पाणी न घालता ते विरजण रवीने घाटल्यासारखे करा म्हणजे पातळ होईल आणि मग घुसळायला सुरुवात करा. थोडयाच वेळात रवीभोंवती लोणी जमायला सुरुवात होईल. मग जरासें घट्ट लोणी झाल्यावर रवीवरून

(१८४) ज्याच्या जीवनात धडपड चालू असते त्यालाच आशा असते.

गार पाणी आंत ओता व रवी काढूनच ठेवा. थोड्या वेळाने घट्ट लोणी झालेले दिसेल. रवीवर व बरणीत प्रथम कढत पाणी घालून घेतल्यानें त्यांना लोणी बिलकूल चिकटणार नाही. दूध विरजताना प्रथम भाड्या-च्या तळाची व कडेची साय खरडून घ्यावी.

(८०) मूल ३ महिन्याचे होईपर्यंत त्यास बसविण्याची खटपट करू नये.

(८१) अति कडक चहा पिण्यापासून डोक्याला टक्कल पडते, असें शास्त्रज्ञाचे मत आहे.

(८२) डोळे मिटले असता पुष्कळवेळा स्पष्ट ऐकू येते.

(८३) डोळ्यात कुठल्याही पदार्थाचा कण गेल्यास एरंडेल तेलाचा एक थेंब सोडावा.

(८४) गूळ, साखरेच्या डब्याची झाकणे सैल असल्यास त्यातून मुंग्या शिरतात म्हणून झाकणे घट्ट नसल्यास त्याच्या तळाना तसेच झाकणाखाली गोड्या तेलाचे बोट लाऊन ठेवावें.

(८५) केरसुणी जमिनीवर न ठेवता खिळ्यास टांगून ठेवावी. नवीन घेतल्यावर पुन्हां एकदा ती चांगली बांधून घ्यावी, व जमिनीवर ठेवण्याची झाल्यास मुठीची बाजू खाली करून ठेवावी.

(८६) विड्याच्या पानास खाण्याचें गोडे तेल लावून दिव्याजवळ ठेवल्यास दिव्याभोवतालचे किडे पुष्कळच कमी होतात.

(८७) जखमा झाल्यावर आतून रक्त वाहू लागतें, हळद न मिळाल्यास तांदुळाचे पीठ चोळल्यानेही ते बंद होते.

(८८) चाकूचे पाते साफ करणे झाल्यास विटेची पूड घेऊन कच्च्या बटाट्याने ते घासावे, चांगले स्वच्छ होते.

(८९) भाताला कढ आल्यावर त्यात लिंबाचा रस टाकल्यास भात अगदी मोगऱ्याच्या कळ्यासारखा शुभ्र होतो.

(९०) उत्तम बागायती जमिनीपेक्षा गवती-कुरणांत १ हजार पटीनें उत्तम माती व ३०० पटीने पाणी आढळतें.

(९१) चिनी मातीच्या फुटक्या भांड्यास साधण्याकरितां बिलोरी

---

(१८५) आळस इतका सावकाश प्रवास करतो की, दारिद्र्य त्यास ताबडतोब गांठते.

कांच कुटून बारीक भुकणी करून त्या भुकणीस कोंबडीच्या अंड्यातील पांढरा बलक मिळवून ते लोण्याइतके घट्ट करावे व मग फुटक्या बाजूच्या आंतील बाजूस लावून दोन्ही तुकडे एकावर एक ठेवून साधा जोडावा. नतर सुतळीने बाधून सुकेपर्यंत तसेच ठेवावे व मग उपयोगात आणावे.

(९२) खोबऱ्याचे तेल थिजू नये म्हणून त्यात थोडासा नवसागर टाकला असतां (१ शेर तेलात १। मासा) तेल थिजत नाहीं.

(९३) ग्रामोफोनच्या रेकॉर्डचे फुटके तुकडे उकळत्या पाण्यांत भिजवावेत. त्यातील लाख मऊ झाल्यावर साच्यात दाबून तिला हवा तो आकार द्यावा. त्याप्रमाणे फुलदाणी, बशा, स्ट्रायकर्स, नावाचे बोर्ड वगैरे जिन्नस बनवितां येतात.

(९४) मोठ्या माणसाच्या पॅन्टस् फाटल्या म्हणज त्याच्या दोन पायाचे घोळ फाडून चागल्या पिशव्या बनविता येतात, तसेच चादरी फाटल्या म्हणजे त्याना लहान चौकोनी आकार देऊन त्याचे टॉवेलस (नॅपकिन्स) बनविता येतात.

(९५) चहाच्या गोळया . ५ शेर गाईच्या दुधांत १।। शेर पाणी व वजनाने १२ औस चहा टाकून हे मिश्रण मदाग्निवर कढवावे व नंतर खालीं उतरून १।। शेर साखऱ्या घालावा पुन्हा विस्तवावर ठेवावे, घट्ट झाले की साच्यात वड्या पाडाव्यात. चहाच्या वेळी गरम पाण्यात वडी विरघळवली की उत्तम चहा तयार होतो.

(९६) परकर, उशाचे अभ्रे, टेबल क्लॉथ यावर विणलेली डिझाईन्स कपडे फाटल्यावर निरोपयोगी होतात, ती कापून ठेवून गडद रंगाच्या पिशवीवर पंचवर्कप्रमाणे बटनहोलच्या टाक्यानी भरावींत म्हणजे पिशव्या आकर्षक दिसतात, तसेच पुष्कळ वेळा पोलकीं, चागल्या कापडाचे शर्ट' बुशकोट, कॉलरवर अगर खाद्यावर फाटल्यामुळे निरोपयोगी होतात, अशा कपड्यातील धड असा चौरस भाग कापून त्याचे रुमाल तयार करावेत.

(९७) तुरटीच्या ३ भाग भुकटीत पाढऱ्या मिरीची ३ भाग पूड मिसळून पुस्तकास वर्षातून एकदा लावावी म्हणजे कधीहि कीड लागणार नाही.

(१८६) दारिद्र्य हें दुःखाचे कारण नाही, मनुष्य मनानें श्रीमंत पाहिजे.

(९८) आवळे टिकविण्यासाठी मिठाचे सपृक्त द्रावण (Saturated Solution) करून तें (गरम करून) काचेच्या बरणीत ओतावें. त्यात आंवळे टाकून झाकणानें तोंड बंद करावे, अधून मधून बरणीस ऊन दाखवावे. असे बरणीतले आंवळे ३।४ महिने उत्तम स्थितीत टिकू शकतात.

(९९) मधुमेहावर खात्रीचा उपाय आयुर्वेदात सागितला आहे. (१) आंवळकाठी व हळद यांचे समभाग चूर्ण करून तें मिश्रण दिवसातून ४ वेळां घेणे. (२) कडुनिंबाचा पाला व काळे मिरे वाटून त्याचे सरबत पहिले १० दिवस घेणे. (३) भाकरी व मेथीचे वरण हा आहार घेणें (४) रोज नियमाने ३।४ मैल चालणे व (५) दुपारी झोप न घेणे. हे पाच नियम व्यवस्थित पाळल्यास मधमेह खात्रीने वरा होतो असा अनुभव आहे.



(१८७) कोणाशीहि बोला; पण थोडक्यांत बोला.

शब्दांची घोडचूक

(१) भिकार आशावादी वाङमयापेक्षा उमरखय्यामच्या **बाया** सहस्र-पटीने श्रेष्ठ ठरतात.

(२) एक **शीर्षक**–पाकिस्तान परदेशांतून ४ **कोटांचें** कापड खरीदणार.

(३) आमचेकडे **उत्तम** सायकल दुरुस्त करून मिळेल.

(४) **जगज्जेता** नेपोलियनचें २ कोटी रुपये खर्चून तयार केलेले सप्तरंगी सिनमास्कोप चित्र.

(५) इग्रजी हा **सवतीचा** विषय म्हणून ठेवण्यात येणार नाही, असें त्यानी वार्ताहराजवळ सागितले.

अशा म्हणीना काय म्हणतात बुवा !

(१) तुका म्हणे भोग सरे, पास होती रद्दड पोरें
(२) निवडणूक सरो आणि मतदार मरो !
(३) लाव पावडर आणि हो गोरी.
(४) तरुण बुडतो पैशानिशी आणि प्रेयसी म्हणते वात्रट
(५) शीर सलामत तर दरदिन हजामत.
(६) राखावें मत्र्याचें अंतर, वशिला लागे तदनंतर.
(७) निवडून आला तरी विजय आणि पडला तरी नैतिक विजय.
(८) पोरी तितक्या फॅशन्स
(९) रिकामा मंत्री, उद्‌घाटन करी.
(१०) व्याख्यानाला उभे राहिले म्हणजे थापा सुचतात.
(११) पट्टेवाला चिरीमिरीला राजी.

---

(१८८) ज्याला आपल्या अज्ञानाची अखंड जाणीव आहे, तो ज्ञानी होय.

(१२) मंडईत 'अगाला' 'अंग' लागणारच.

(१३) आपलेच सरकार, आपलेच काळाबाजारवाले.

(१४) न्हाव्यावर रुसला, जंगल वाढवून बसला.

(१५) दारूची तहान हातभट्टीवर

(१६) झाकली मूठ चणे-कुरमुऱ्याची.

(१७) मुलीची करणी, गालावर चप्पल.

शब्दकाव्य

(१) तिच्या जिवणीच्या फाटकातून स्मिताचे एक लहान बालक डोकावलें.

(२) त्याचे केंस त्याच्या वयाची चुगली करीत होते.

(३) ती हसू लागली की, तिच्या गाल्यावर खळी पडत असे आणि मग त्या खळीत हसू पडून रहात असे.

(४) सकाळचे ७ वाजले आणि ◆ ◆ ◆ नभोवाणीने वरण शिजत लावलें.

(५) इराणी हॉटेलवाला कौंटरमागे गल्ला खाजवीत उभा होता.

(६) आता काळोख अगणात उरतला आणि तेथील खाचाखळग्यातून भरून वर आला.

(७) घड्याळाचा काटा नेहमीं शर्यतीच्या घोड्यासारखा धावत असतो; पण आज इथ तो कसा ओझ लादलेल्या वडाराच्या गाढवासारखा उभा आहे.

(८) समुद्राच्या इवल्याशा खडकाच्या लहान कपारीत शिरून कुजबूज करीत होत्या.

(९) उतरत्या पाटावर निवडावयास घेतलेल्या मोहरीप्रमाणे मुलें शाळा सुटल्यावर सैरावैरा पळत होती.

आजकालचे शब्दार्थ

(१) विवाहसस्था—दोन जीवाचें वेल्डीग करण्याचा कारखाना.

(२) वैद्यकशास्त्र—नसलेल्या व्याधि निर्माण करणारे शास्त्र.

(१८९) नक्कल करू नका, अनुकरण करा; त्यांत तुमचें वैशिष्टच राहील.

(३) मानसशास्त्र--असलेल्या व्याधि जास्त प्रमाणात करण्याचे शास्त्र.

(४) कुशाग्रबुद्धि--(कुश–गवत, अग्र–टोक) दर्भाच्या किवा गवताच्या टोकावर मावेल एवढी अल्पशी बुद्धि.

(५) विदुषी–विदुषकाची बायको.

(६) बद्धपरिकर–जिने परकर बाधला आहे (म्हणजे नेसला आहे) अशी मुलगी

(७) विधिमडळ–जेथे 'हात वर करणे' एवढाच 'विधि' फक्त करायचा असतो ती जागा.

(८) म्हातारपण–तरुणीच्याकडे अधिकारदृष्टीनें पाहण्याचें वय.

(९) चुबन–पैसे खर्च न करिता मिळणारी साखर.

(१०) धक्का–जो बायकानी पुरुषाला मारला तर मेहेरबानी समजली जाते व पुरुषानी बायकांना मारला तर विनयभंग होतो.

लहान मुलांचे कांहीं यक्ष-प्रश्न

(१) माणसाला शिगे का नसतात ?

(२) कांखेत केस कशाला असतात ?

(३) दोन बाजूला दोन कान काय करायचे आहेत ?

(४) काळ्या कोबडीला पाढरे अंडे कसे होते ?

(५) पोपटाचा रंग हिरवा का ?

(६) बाबाना मिशा आहेत, तशा आईला कां नाहीत ?

(७) बेडूक उन्हाळ्यांत कोठे जातात ?

(८) माणसाला अडे का होत नाही ?

(९) आकाशात किती तारे असतात ?

(१०) लहान मुलांना मुल का होत नाहीत ?

(११) देवाच्या घरीं पोचायला किती ग दिवस लागतात ?

(१२) आई, मला लहान भाऊ लवकर का होत नाहीं ?

---

(१९०) ज्याच्यावर कधी संकटें येत नाहीत त्याची कधीच प्रगति होत नाही.

(१३) अक्का, तुला चड्डी नि परकर कशाला ग हवा ?

(१४) आई, झोपताना उशाशी पाण्याचा तांब्या का ग ठेवतेस दररोज?

थोडक्यांत सारं !

(१) कोणतीही गोष्ट उसनवार देण्यापेक्षां नुसतीच देऊन टाकणे चागले, कारण शेवटी दोघाचा परिणाम एकच होत असतो.

(२) या यत्र-युगात कोणत्याही गोष्टीवर बटण दाबून नियत्रण ठेवता येते ही एक चागली गोष्ट आहे...फक्त मुले सोडून.

(३) गेल्या सुमारे ३५०० वर्षाच्या कालात फक्त ३२३ वर्षे सपूर्ण शांततेची अशी गेली, याच मुदतीत सुमारे २५० शातता तहावर सह्या झाल्या आहेत.

(४) हल्लीच्या जगात लेखकानं प्रकाशक होऊं नये, पुरुषांनीं स्वयपाक करूं नये, नोकरीवाल्यानं धदा करूं नये, शहाण्या माणसान घर बाधू नये, निवडणुकीत मत कोणाला देणार ते सागू नये, बाबा-लोकाच्या पालन-वाल्यानं राजकारणात पडू नये आणि सुदर मुलीला शिकविण्याचा प्रयत्न करूं नये.

(५) देह असतांना आत्मा जो परिणाम करू शकत नाही त्यापेक्षा कित्येकपटीने अधिक परिणाम देह गेल्यावर तो करूं शकतो. मोठे आत्मे देह सोडल्यावरच अधिक बलवान बनतात.

(६) हे पंगु मनुष्या; तुला दुसऱ्यांच्या घरी जावे लागत नाही (जाता येत नाही) म्हणून तू धन्य आहेस, हे अधा, धनाने उन्मत्त झालेल्या लोकाचे जोडे तुला पाहावे लागत नाहीत म्हणून तू धन्य होय, हे मुक्या, तुला मूर्ख, दुष्ट अगर कंजुष माणसाची स्तुति करावी लागत नाहीं म्हणून तू धन्य आहेस; हे बहिऱ्या, दुष्ट लोकाचे बोलणें तुला ऐकावें लागत नसल्यानें तू खरंच भाग्यवान् आहेस ! किती मार्मिक कल्पनारम्यता !

विश्रांतिदिन

रविवार-----ख्रिस्ती लोकांचा
सोमवार-----ग्रीक ,,

---

(१९१) सत्तेच्या आत्यतिक केंद्रीकरणामुळे वैयक्तिक स्वातंत्र्याचा नाश होतो.

मंगळवार-----इराणी ,,
बुधवार-----असिरियन ,,
गुरुवार-----इजिप्शियन ,,
शुक्रवार---तुर्की व मुस्लीम ,,
शनिवार-----ज्यू ,,

पुढील हिशोबाचें उत्तर द्या

(१)

वर्षभर काम केल्यावर पगार-वाढीकरता एका नोकराने अर्ज केला, परत त्याला साहेबाचे पुढील उत्तर आलें : ऑफिसची वेळ १०।। ते ५।। व मधे १ तास सुट्टी म्हणजे कामाचे तास ६ होतात, दिवसाचा १/४ भाग काम या हिशोबाने ३६० दिवसापैकी ९० दिवस काम केलेस. यापैकी प्रत्येक रविवारी सुट्टी होती, म्हणजे ५१ रविवार कामाविना गेले. म्हणजे ९०-५१ = ३९ दिवस फक्त काम झाले, शनिवारीं अर्धी सुट्टी, म्हणजे २५ दिवस काम झालें नाहीं, म्हणजे ३९-२५ = १४ दिवस काम झालें; या शिवाय सरकारमान्य रजेचे १८ दिवस गेले म्हणजे काम न करता ४ दिवसाचे पैसे फुकट मिळालेले आहेत; तरी पगारवाढीची भाषा केल्यास हे ४ दिवसाचे फुकटचे पैसे वसूल करून घेण्यात येतील.

(२)

बापूसाहेब बॅंकेतून ११५रु.च्या कोऱ्या नोटा घेऊन बाहेर पडले. प्रथम त्यांनी

४० रु. घरभाड्याचें दिले; उरलेल्या नोटा ७५

नतर

४६ रु. वाण्याचे दिले, उरलेल्या नोटा २९

नतर

१९ रु. शिप्याचें बिल दिले; उरलेल्या नोटा १०

व शेवटीं

१० रु. अेकाचे उसने घेतले ते दिले; उरलेल्या नोटा ०

---

११५ एकूण नोटा एकूण नोटा ११४

(१९२) दुबळेपणाचे विचार हटकून माणसास अपयशाच्या दरीत लोटन देतात.

हा एक रुपयाचा फरक का यावा हें पुष्कळ विचार करूनही बापूसाहेबांना कळेना.

आणखी कांहीं व्याख्या

(१) संयमी—सुखापासून स्वत.ला दूर ठेवण्याच्या मोहाला बळी पडणारा दुबळा माणूस.

(२) यश––आपल्या सहकाऱ्याचा एखाद्याने केलेला अक्षम्य अपराध.

(३) परिचय––एखाद्याकडून उसने आणण्याला आवश्यक असलेली पण त्याला उधार देण्यास पुरेशी नसलेली ओळख.

(४) लग्न––एक संस्था, एक मालक, एक मालकीण, दोन गुलाम, पुन्हा एकूण सर्व मिळून माणसें दोनच.

(५) स्तुति––जी सज्जनाना आवडत नाही व जिला दुर्जन आवडत नाहीं अशी स्त्री.

(६) कारकून––सतत लिहिण्याचें ढोग करणारा इसम.

(७) दुसरे लग्न––अनुभवावर आशेनें मिळविलेला विजय

(८) टीकाकार––वाचणाऱ्याच्या डोक्यांतील अगोदरचा गोंघळ जो आपल्या लेखणीने आणखी वाढवितो असा सभ्य लेखक.

(९) चैन––चरितार्थापेक्षां जास्त प्राप्ति झाल्यानंतर केलेली आवश्यक गोष्ट.

(१०) मुत्सद्दीपणा––मोठ्याचें खोटे बोलणे.

प्रतिभेची प्रभा

(१) पायात घुटमळणाऱ्या प्रकाशाला त्यानं दार बंद करून आंत कोंबलं आणि मनांत जळजळणाऱ्या काळचा नागावर झांकण टाकल.

(२) काळाच्या हातातील अवकाशाची बाटली हिंदकळली आणि त्यातील जहरी वीष अंगावर पडल्याने त्याच्या आत्म्याच अगदी पाणीच पाणी होऊन गेलं.

(१९३) रिकाम्या चवकशा म्हणजे जागेपणाची स्वप्नें.

(३) थोडया वेळानं अवकाशाच्या कोपऱ्यांत चादण्याच दूध कुणीतरी ओतलं.

(४) रेशमी वस्त्र उलगडावें तसें ऊन हळु हळूं उलगडू लागलें, निःशब्द हवा आवाजानें मोहरली.

(५) फुलांभोंवती गध घोटाळावा त्याप्रमाणें घरांच्याभोवती हुरूप घोटाळत होता.

(६) खिडक्याच्या ओठावर गीतांतले रेशमी आलाप रेगाळू लागले.

(७) तापलेल्या कांचेवर पाण्याचा थेब पडल्यावर ती तडकते तसे त्या आवाजामुळे हवेचे भिंग तडकूं लागले.

(८) पाण्यावरचा फेस विरून जावा, त्याप्रमाणे हवेतला गलका हळुहळूं विरून गेला.

(९) हवा प्रसन्न होती, रेडिओंतील स्वराची फुलपांखरे पुन्हां उडू-बागडू लागलीं होतो.

(१०) काळोखाने चराचराला वेढून टाकले व काळोख हळुहळू बर्फा-सारखा गोठू लागला.

तऱ्हेवाईक उत्तरे

(१) लेमोनेड आपण नळीने पिऊ शकतो; कारण नळीला भोक असतें.

(२) किमोना हे जपानमधील एका मुलीचें नाव आहे.

(३) 'शाकुतल' हे नाटक 'शकुतला' नावाच्या एका पतिव्रता स्त्रीनें लिहिले आहे.

(४) शेतांत पेरतात ती हुडी व घोगडीला लागते ती कसर; हा हुंडी व कसर यातील फरक होय.

(५) ज्यात 'फुस्फुस' असा आवाज निघतो त्याला फुप्फुस असे म्हणतात.

(६) अंदमान बेटांत मलेरियाची हवा आहे; कारण तेथील घराना दारें व खिडक्या नाहीत.

(१९४) आवांक्याबाहेर कोणाचें अनुकरण केले की फट-फजिती निश्चित होते.

शद्बांची किमया

(१) वधु पाहिजे (एक जाहिरात)—शीलवान विधवा मराठा वरास.

(२) मयतास सिव्हिल हॉस्पीटलमधे दाखल केलें; परंतु ४ तासांतच त्याचें प्राणोत्क्रमण झालें.

(३) आज सकाळी ११ वाजता त्याची प्रेतयात्रा निघून लडकी पूल दहनभूमीवर त्याचा अतविधि उकरण्यात आला.

(४) २५ वर्षापूर्वीच तो पोट भरण्याच्या निमित्तानें या भागात आला व येथें विष्णु मिलमधे नोकरीस लागला. त्याचा विवाह येथेच आला. आत्तापर्यंतची सर्व बाळतपणे येथेच झाली.

(५) मालाची किरकोळ व ठोकवद विक्री चालू आहे, तरी आमच्या स्टॉलला भेट देऊन सवतीचा फायदा घ्यावा अशी विनति आहे.

(६) १४० फूट वजन असलेल्या माणसाच्या अंगांतील चरबीपासून साबणाच्या ७ वड्या सहज तयार होऊं शकतील.

(७) कोरेगाव तालुक्यांतील रणदुल्लाबाद गावानें सुमारें अडीच मैल रुंदीचा रस्ता गावापर्यंत तयार केला.

(८) कोट घातलेले उपराष्ट्रपति सहास्य वदनाने विमानाबाहेर आले, त्या प्रसगी बडबडे सरकारी अधिकारी विमानतळावर हजर होते.

पूर्वीच्या स्त्रियांचे कांही उखाणे

(१) पुण्याच्या गणपतिपुढे माजलं केवड्याच रान ० ० ० ० पतांना
दरबारात मिळालं मानाचं पान ।।

(३) सवाकोस पसरला आंगरख्याचा घोळ । ० ० ० ० पंतांचं अक्षर
जशी मोत्यांची ओळ ।।

(४) गणेशाच्या प्रेमान सगळी विघ्न पळतीं । ० ० ० ० पताच प्रेम
पाहून सवती मनांत जळती ।।

(५) चंदनाचा पाट त्याला सोन्याची चूक । ० ० ० ० रावांच्या
हातीं इंग्रजी चौथीचं बूक ।।

(१९५) मानवांवर येणारीं संकटे, अडचणी, अडथळे बुद्धीच्या विकासानें पुष्कळशी टाळतां येतात.

(५) देशाचे पुढारी लागले स्वराज्याच्या नादी ।
० ० ० सूट द्या टाकून वापरा आता खादी ।।
(६) सत्य अहिंसा बापूचे गिरवा धडे ।
० ० ०• रावाचं नाव घेते ऐका बाई गडे ।।
(७) समूर होता कोनाडा त्यात होती खारीक ।
० ० ० राव माझ्या पेक्षाबी बारीक ।।
(८) (सोवळ्या किंवा विधवा बाईने घेतलेला उखाणा)
देवापुढे लावली उदबत्ती ।।
ते गेले वरती मी राहिले खालती

वाचकाचें संपादकाला पत्र

" मी गेल्या वर्षी आपल्या मासिकाची वर्गणी पाठविली असता आपण लिहिले होते कीं, मासिक पसंत नसल्यास पैसे परत पाठवू, तेव्हा मी आपणास असे कळवू इच्छितो की, आपले मासिक मला पसंत नाही व माझे पैसे मला परत हवे आहेत, तरी शक्यतो लवकरच पैसे पाठविण्याची तजवीज करावी.

ता. क. पैसे लवकर पाठविण्याचे आपले श्रम वाचवावेत एवढ्यासाठी मी हे नमूद करू इच्छितो की, माझे पैसे आपणाकडेच असू द्यावेत व त्याऐवजी चालू वर्षाचे अंक पाठविण्याची कृपा करावी.

आपला विनम्र वाचक ० ० ०

माझा बाळ्या

बाळ्या मला आवडतो अतीच । आई अशी शोभत त्यास मीच ।।
त्याचे जरी कौतुक मी न गाई । त्या शाहणा कोण म्हणेल बाई ।।१।।
रडोनि करी नित्य आकांत जेव्हा । न जाऊ शके त्यापुढे कोणी तेव्हा ।।
उगी बोलता आपटी पाय डोके । डसे बोबले मारि तैसाच थुके ।। २ ।।
हट्टी द्वाड बहु खट्याळ भारी । घे चिमुखडे दे शिवी लाथ मारी ।।
कोणा न ऐके न बसे उगाच । माझा तसा बाळ पराक्रमीच ।३।।

(१९६) विचार, अभ्यास व प्रयत्नानें मनाच्या जिज्ञासेची भूक भागवितां येते.

शेबूड नाकी पिचकेच डोळे । जातां करूं स्वच्छ भूईस लोळे ।।
पोटावरी ओघळतेच लाळ । गोजीरवाणे किति सागू बाळ ।।४।।
भरी ठेपशे माती तैशी मुखात । किडे, डोगळे माशी वेचून खात ।।
शिका स्पष्ट वाकुल्या छान दावी । किति गोष्ट एकेक त्याची वदावी।।५।।
इति स्वपुत्र आख्यान समाप्तम्।

कल्पनेचें काव्य

(१) गाडी प्रकाशाच्या करवतीनें काळोखाचें पोट चिरीत वेगानें निघाली होती.

(२) पलीकडच्या माळरानावरून एकटयाच भटकत असलेल्या रस्त्यास पिंपरीच्या झाडानी दुतर्फा सोबत देऊन शहरापर्यंत पोहोचवलें.

(३) काही माणसे शात झोपली होती, स्वप्नांच्या नाजूक फुलपाखरा-मागे, पाय न वाजवितां हिडत होती, काही माणस संत्रस्त होती, बिघड-लेल्या रेडिओसारखी ती घोरत होती; ते घोरणे एखाद्या राठ काबळ्या-सारखे अंधाराच्या डोक्यावर पडत होते.

(४) घराभोवती सुन्नपणाचे कुंपण पडले, सकाळी ऐकलेलें सगीत त्या घरांच्या आठवणीत तरळू लागले.

(५) रात्री पहारा देणाऱ्या गुरख्याच्या बुटाचा टक्टक् आवाज सुतार पक्षासारखा कदबाच्या वृक्षावर चोच आपटीत होता.

व्याख्याच व्याख्या

(१) अदाजपत्रक---पैसा खर्च झाल्यावर चिता करायची सोडन आधीच चिता करायचा प्रकार.

(२) अनुभव---सभ्य शद्वात मांडलेल्या आपल्या चुका.

(३) मोह---जो आवरला असवा आपण सुखी होतो, पण न आवरला असता त्याहून अधिक सुखी होतों.

(४) शेजारी---तुमच्या स्वतःपेक्षा ज्याला तुमच्या अधिक गोष्टींची खडान् खडा माहिती असते तो.

(१९७) गृहिणी तेजस्विनी असेल तर गृहस्थाचा पुरुषार्थ पराक्रमी होतो.

(५) सुखवस्तु––वस्तुस्थितींत सुख मानणारे.

(६) देशभक्त––जो देशावर प्रेम करतो व त्या मोबदल्यात आपलें घर भरतो तो.

(७) वक्तृत्व––मिनिटा दोन मिनिटांत सांगून संपणारी कल्पना २ तास घोळविणे.

(८) शहाणपण––एखादी गोष्ट करून झाल्यावर ती न करण्याची रुखरुख.

(९) सामान्य माणूस––आपल्याखेरीज दुसरा कोणीही.

(१०) भावगीत––लिहिणाऱ्यास आणि गाणाऱ्यास ज्यामुळे 'भाव' मिळतो ते गीत.

(११) फॅशन––शिप्याच्या हातून चुकून झालेला बदल.

एके काळचे सिद्धांत

(१) पल्लेदार घेरा व चक्रीदार पागोटें––डोक्यात ज्ञानभांडार अगदीं कमी.

(२) घोळदार सदरा व तगदार जाकीट––अंगात शक्ति मुळीच नसणे.

(३) कल्लेदार मिशा व कमानदार भुवया––स्वाभाविक सौंदर्याच्या मानाने पूज्य.

(४) ऐटदार चालणे व कुर्रेदार बोलणे––बहुदा मेषपात्र असतो.

(५) अणीदार जोडा व पट्टीदार धोतराच्या निऱ्या––छाकटा बनत असल्याची खूण.

(६) भपकेदार पोषाख व ठसकेदार हावभाव––घरी खाण्याची भ्रांति आहे असे नक्की समजावे.

नवलविशेष

(१) आईस बॅग व स्त्री दोन्ही पुरुषाच्या डोक्यावर बसतात; परंतु एकीचे बसणे तापदायक होते तर दुसरीचें बसणे तापनाशक होते.

(२) सट्टा हुकला, चक्र सुटले आणि गणित चुकले या सर्वांचे कारण एकच–" आकडा निसटला "

(१९८) भावना कर्तव्याला स्फूर्ति देते तशी कर्तव्याची हानीहि करते.

(३) सिगरेट ही गवतानें भरलेली कागदाची नळी असते, तिच्या एका टोकाला विस्तव असतो आणि दुसऱ्या टोकाला मूर्ख मनुष्य असतो.

(४) सरकारन द्विभार्या–प्रतिबंधक कायदा कां केला ?
ज्यांना स्वतःचें संरक्षण करतां येत नाही, त्यांच संरक्षण कायदा करीत असतो.

(५) बनारसमधे जितक्या गल्ल्या आहेत तितके रस्तेसुद्धा न्यूयॉर्कमधें नाहीत.

(६) जगांत अशक्य असें काहीच नाही; पण कोणाला ? तर ज्याला स्वतःला काहीच करायचें नाहीं त्यालाच.

(७) जगातील सर्वोत्कृष्ट पुस्तकाचें नाव कोणतें ? (खातीं पैसे असलेले) बॅक-बुक.

(८) निदान पादचाऱ्याच्या सोयीसाठीं केळ्याबरोबर त्यांच्या सालींही खाण्याचा आपण शक्यतों लवकर प्रयत्न करणें आवश्यक आहे.

(९) पगार झाल्यापासून १० तारखेपर्यंत पत्नी अत्यंतिक प्रेमळपणानें वागते. ११ तारखेपासून २० तारखेपर्यंत तिचे प्रेम मध्यम असतें नि २१ ते ३० तारखेपर्यतच्या काळांत कमीत कमी १/२ वेळा तरी तिच्याशी खटके उडतातच.

एका प्रश्नपत्रिकेंतील प्रश्न

लहान मुलाना गाईच्या दुधापेक्षां आईचें दूध का चांगलें याची ५ कारणें द्या :

उत्तर

कारण १ लें—ते जास्त ताजें असतें.

कारण २ रें—ते जास्त स्वच्छ असतें.

कारण ३ रे—ते माजराना चोरून पितां येत नाही.

कारण ४ थ—मुलास ते केव्हाही व कोठेही मिळू शकते.

कारण ५ वें—भांड्याची गरज न लागता ते मोठ्या सहजतेने व समाधानानें मुलास पिता येतें.

(१९९) शस्त्रापेक्षां शब्द जपून वापरा.

सिनेमाचा परिणाम

(दुपारच्या वेळी झोपलेली अरविंदाची आई पुढील संवादाने जागी झाली.)

चि. अरविंद (चि. लतेच्या गळ्यात हात घालून) "प्लिये चादणं बघ कित्ती कित्ती सुदल पडलं आहे."

चि. लता–"इश्श, चांदणं कुथे ले आहे, आत्तासे तल दुपालचे दोन वाजताहेत."

चि. अरविंद– "वेडी कुतली, अग असंच् नाही कां तो सिनेमांतला माणूस काल बोलत होता!"

चि. लता–"इश्श, प्लेमाचे खेल कलतोस होय, थांब आईलाच सागते तुझें नांव कसे."

शब्दांचे प्रताप

(१) "प्रौढत्वीं निजशवास जपणें बाणा कविचा असे" या ओळी केशवसुताने लिहिल्या आहेत.

(२) जीना (विमा) उतरण्याच्या योजनेबाबत सरकार विचार करीत आहे.

(३) हरिश्चंद्र व नारायण याना ज्यूरिनें सुरा दाखवून दरोडा घातल्याच्या आरोपावरून दोषी ठरविले.

(४) भाड्याने देणें—नवीन ब्लॉक ३।४ खोल्याचा, भर बुधवारांत संडास, बाथरूम स्वतत्र.

(५) अधिक दूध देणाऱ्या गाई व बैलांची पैदास करण्याचे रशियाचे प्रयत्न चालू आहेत.

(६) फ्रेंच सैनिकांच्या प्रणयाच्या वेळीं इंडोचायनांतील श्री. देसाई हे जातीनें हजर होते.

(७) इराणच्या चहाच्या नातलगास रशियाची हेरगिरी केल्याबद्दल अटक.

(२००) बुद्धीचा जितका उपयोग करावा तितकी अतृप्ति वाढतच जाते.

(८) फारशी मुलें नसलेला, विधूर अथवा प्रथम वर पांचशेवर उत्पन्नाचा पाहिजे.

(९) पाण्यात पडून मेलेला इसम खात्रीने बरा कसा होईल याची माहिती या पुस्तकांत देण्यांत आली आहे.

उत्तर-पत्रिकेंतील निवडक गंमती

(१) शुक्ल व कृष्ण हे भारतातील दोन राजकीय पक्ष आहेत.

(२) पायोरिया हा पायाचा रोग आहे.

(३) सम्राट अलेक्झाडर याने आपलें स्मारक म्हणून अलेक्झाड्रा हा सिनेमा बाधला.

(४) पूर्वी दुष्काळात खायला न मिळाल्यामुळे एक वाघ रोडावून फार बारीक झाला; त्याला जी सतति झाली तीच आताची माजरे होत.

(५) डॉक्टर राजेंद्रप्रसाद हे भारतातील एक सुप्रसिद्ध डॉक्टर आहेत,

(६) तेनसिग हा पहिल्याने अकबराच्या दरबारातील गवई होता.

(७) चक्रासारखें फिरतां फिरता ज्या व्याजाची गति वाढत जाते तें चक्रवाढ व्याज होय.

(८) अमृतसर हे अमृतासाठी प्रसिद्ध आहे.

शब्दांच्या व्याख्या

(१) गॅलरी—माडीवरून रस्त्यावर केर टाकण्याची जागा.

(२) लेखणी—एकावेळी असख्य लोकाचा गळा कापण्याचे साधन.

(३) रेस—जो खेळायला मोटारीतून जातो अन् जी सपल्यावर स्ट्रेचर-वरून हॉस्पीटलांत जातो.

(४) पत्रक—पुढाऱ्याचा कागद नासविण्याचा रिकामटेकडा उद्योग.

(५) छत्री—एकाचा निवारा दोघाचा शॉवर बाथ.

(६) फॅशन—दर ६ महिन्यानी बदलणारी वस्तु.

(७) कॉलेज—शाळा आणि लग्न यांमधील काळ घालविण्याचें मुलीचें एक ठिकाण.

(२०१) भक्ति हें सोंग नाही, मन सुधारण्याचा तो एक मार्ग आहे.

(८) वक्तृत्व--बेंबीच्या देठापासून काढावयाचे आवाज अंतःकरणाच्या तळापासून निघत असल्याची बतावणी.

(९) विश्वशांति--दोन महायुद्धांच्या मधला काळ.

(१०) परीक्षा--ज्ञान तपासून घेण्याचें हातयंत्र.

कथांचे प्रकार

प्रदीर्घकथा, लघुकथा, लघुत्तम कथा, भयकथा, गभीरकथा, सत्यकथा, पौराणिक कथा. परत आलेली प्रेमकथा, नवकथा, भाकडकथा, सस्पेन्स कथा, विनोदी कथा, रम्यकथा, अनुवादित कथा, किंचित् कथा.

पाहुण्यांनीं लक्षांत ठेवावें

पहिल्या दिवशी--पाहुणा
दुसऱ्या दिवशी--ओझं
तिसऱ्या दिवशी--संकट
चौथ्या दिवशी--दिवाळं
पाचव्या दिवशी--लीलांव
सहाव्या दिवशी--वेड्यांचें हॉस्पिटल.

थोडी गंमत

(१) काही तरी काय बोलतोस, म्हणे घराएवढी मोटार गेली या पुलावरून आत्ता. तुला आजपर्यंत निदान लाखवेळां तरी सांगितलें असेल कीं, अतिशयोक्ति करून राईचा पर्वत करूं नये म्हणून !

(२) एक खेडवळ मनुष्य मुंबई पाहून गेल्यावर आपल्या खेडवळ दोस्तास मुंबईतील 'लिफ्ट' मधला अनुभव सांगत होता, " आम्ही छोट्या खोलीत गेल्यावर दार बंद केले नि बटन दाबल्याबरोबर काय गंमत, कांहीतरी हालचाल होऊन वरचा मजला एकदम खाली आला रे ! "

(३) तंबाखू खाणारे लोक--थुंके
(तपकिरीतून) नाकांत कोंबणारे--शिंके
(विडीतून) ओढणारे--फुंके
तंबाखूचा कुठलाही उपयोग न करतां तिला नांवें ठेवणारे--भुंके.

(४) ऊसाला फळ का नसते ?

(५) वारा वाहत नसतो तेव्हां तो कोठें असतो ?

(६) स्वार्थ म्हणजे स्वतःचा अर्थ, आणि परमार्थ म्हणजे दुसऱ्याचा अर्थ असे असताना स्वार्थ वाईट व परमार्थ चागला असे का म्हणतो ?

(७) जबावदारी म्हणजे काय ? समजा, विजारीला दोन गुड्या आहेत आणि त्यापैकी एक तुटली म्हणजे मग सारी जबाबदारी साहजिकच दुसऱ्या गुडीवर येऊन पडणार.

(८) फाटका मुकटा, टाचणी टोचली, काळाराम गोराराम, हे शब्द भराभर म्हणल्याने काय गोधळ होतो ते पहा बघू.

(९) जगात अनेक कवि हीन स्थितीत का ? कारण जगांत अनेक हीन कवि आहेत.

नवीन व्याख्या

टीकाकर–पळावे कसें हे शिकविणारा लंगडा.

नवा जोडा–आपल्या पायात खुपतो आणि इतरांच्या डोळ्यांत भरतो तो.

नवकाव्य–ज्याचा खुद्द कविलाही अर्थ कळत नाही आणि साहित्यांत मात्र जे अनर्थ निर्माण करते तें.

किंचित् काव्य–ज्यात यत्किंचितही काव्य नसतें, पण कविबद्दल मात्र चिंता निर्माण करते ते.

विचारवत–स्वतः काहीच विचार न करतां दुसऱ्याला विचारांत पाडणारा मनुष्य.

साहित्यिक–आपल्यानंतर साहित्याचे काय होईल म्हणून निष्कारण चिंता वाहणारी व्यक्ति.

गंगास्तवन

(आर्या) गंगा, गा ! गा गगा, गंगा ! गगे ! ग ! गगि गा गुंगा ॥
गंगा-गुंगी गुंगा ! गंगा गुगी ग ! गाग गा गंगा ॥

अर्थः–"गं गणपतये नमः" यांतील ग म्हणजे गणपतिला गा, हें प्रारंभीचें

---

(२०३) पत्रलेखन हा माणसाच्या अंतरंगाचें दर्शन घडविणारा एक उत्कृष्ट कला–प्रकार होय.

गणेशस्तवन करीत तू गगेला गा, "हे गंगा", "हे गगे" असे म्हणत गगेत स्नान करीत असतां किवा गगेच्या काठी उभे राहून (दुसरी बडबड न करिता) गगेला गा. गगेच्या गुगीत गुग व्हा, म्हणजे तिच्या ध्यानात मग्न व्हा. गगेच्या गुगीत गावेसेच वाटले तर गाऊन गगेलाच हाक मारा ('हर गंगे, हर गगे' असे म्हणा.)

शब्दांची कसरत

(१) मुलगा हरवला (एक जाहीरात) अंगात खाकी पॅट, हाफ शर्ट, चेहरा गोलसर, ठेंगणासा, डोक्यात व पायात काही नाही.

(२) नेमक्या याच वेळी त्याने अजिक्यपद मिळवून सर्वांना तोंड बोटात घालावयास लावले.

(३) अर्घ्यदान देण्याकरिता पाण्यात उभ्या राहिलेल्या अर्जुनाला एक लावण्यवति कन्या पातळात नेऊं लागली.

(४) महसूलमत्री ना. भाऊसाहेब हिरे हे कोल्हापुरातील बैलवान मंडळीनी बोलावल्यावरून कोल्हापुरला गेले.

विशेष व्याख्या

विवाहीत माणूस–जन्मठेपेचा कैदी.

विधुर–जन्मठेपेतून सूट मिळालेला सुदैवी माणूस.

ब्रह्मचारी–ब्रह्माप्रमाणें गूढ ज्याचा आचार आहे असा राजयोगी.

भगिनीसमाज–भगिनीस माज (मुद्रणदोषाबद्दल क्षमा).

बुद्धिवादी–ज्याच्या बुद्धिविषयीं चारचौघांत वाद आहे असा.

फास्ट गाडी–काहीं ठराविक स्टेशनांवर जी थांबत नाहीं; परंतु कोणत्याही दोन स्टेशनांमधे थांबते ती.

कांहीं बातम्या

(१) वक्षसवर्धनासाठी विमानांतून बी–पेरणी.

(२) डॉ. गुप्ता यांचें योगाधारित, वेदनारहित दंतोत्पादन.

(३) पांढरे कोड, हजारोचें नष्ट झालेलें प्रभावी रामबाण औषध.

(४) गोवा–सत्याग्रह पक्षीनरपेक्ष हवा.

(२०४) देव म्हणजे सर्वत्र सचिवानंदाचें साम्राज्य व पर्णता.

(५) खासदार व्यकटराव पवार याची प्रवृत्ति मध्यंतरी फार बिघडली होती; ते आता बरे झाले आहेत.

कांहीं शब्दांचे अर्थ

(१) प्रेम–विशिष्ट माणूस व बाकी इतर यातील फरकाची अतिशयोक्ति.

(२) कम्युनिस्ट–जो तुमची कोबडी चोरतो नि ती शिजविण्यासाठीं तुमच्याकडचेच भांडे मागून नेतो अशी व्यक्ति.

(३) पस्तीशी–मोह आवरण्याची खटपट सुटून न आवरलेल्या मोहांची आठवण वारवार येऊं लागण्याचे वय.

(४) मध्यम वर्ग–रिकाम्यापोटी ढेकर देऊनही जग काय म्हणेल ही खंत बाळगणारा वर्ग.

(५) देणगी–प्रतिष्ठा टिकविण्याचें बड्या लोकाचे एक आकर्षक साधन.

(६) दाढी–कुरूपपणा लपविण्याचे एक रुबाबदार साधन.

(७) थाप–आजकाल ९९ टक्के लोकाना 'ही देतां येणे' सहज शक्य आहे अशी चीज.

(८) काटकसर–कजूषपणाचे गोंडस नाव.

(९) मोटार–अत्यत रहदारीच्या रस्त्यावर आरामाने बसण्याचे स्थळ.

(१०) परराष्ट्रीय राजदूत–स्वदेशाच्या पैशावर परदेशात चैन करणारा प्राणी.

(११) पार्लमेट–विजयी उमेदवाराचें सामुदायिक निद्रास्थान.

जन्माचे योगायोग

नेपोलियनचा जन्म– २० एप्रिल १७६०.
हिटलरचा जन्म– २० एप्रिल १८८९.

दरम्यानचा काल——१२९ वर्षे.

फ्रेंच राज्यक्रांतिचे साल	——१७८९
जर्मन राज्यक्रांतिचे साल	——१९१८

दरम्यानचा काल —१२९ वर्षे

नेपोलियनचें सत्ताग्रहण	——१८०४
हिटलरचे सत्ताग्रहण	——१९३३

दरम्यानचा काल —१२९ वर्षे

नेपोलियनची रशियावर स्वारी	——१८१२
हिटलरची रशियावर स्वारी	——१९४१

दरम्यानचा काल ——१२९ वर्षे

व्हिएन्नाचा तह	——१८१५
जर्मनीचा तह	——१९४४

दरम्यानचा काल ——१२९ वर्षे

नवकाव्याचें जुनें स्वरूप

(१)

हजामो बार्बरो न्हावी । नापितो धोप्टी पालक : ।
विंडो वातायन खिडकी । गवाक्षं भोक भितिला ।।

(२)

(रिमझिम् पाऊस पडे सारखा—या चालीवर)
टिप्टिप् शाई गळे सारखी
बोटालाही डाग पडे ।

(२०६) शाळेंतील शिक्षण जन्मभर पुरत नाही, यास्तव ग्रंथ हेच कायमचे गुरु आहेत.

शाईच शाई चहुंकडे ग बाई
गेला ब्लॉटिंग कुणीकडे ।।

(३)

जो ब्राह्मणासी देतो पानविडा खांड कात चुना ।
त्यासि ईश्वर देतो पुत्र पौत्र नात लेकी सुना ।।

(४)

कराग्रे वसते स्पूनम् । करमध्येच बिस्किटम्
करमूले तु चहापात्रम् । प्रभाते कपदर्शनम् ।।



(२०७) तारुण्य अगर वार्धक्य हें विचारांच्या जोरावर अगर शैथिल्यावर अवलंबून असतें.

सूचि

विषय			पृष्ठ

विषय			पृष्ठ
समुद्राची लाट किती मोठी असू शकते ?	...	...	१०६
समुद्रातील अन्न	...	...	८१
सराफाकडे दागिने मोडतांना	...	...	१११
सर्वात सुखी माणूस	...	...	१३१
सात वाराचा अनुक्रम कसा ठरला ?	...	...	११३
साप चालतो कसा ?	...	...	९२
साबणाचे उपयोग	...	...	१०८
सिगारेट ओढणाऱ्यांचें भविष्य जाणणें	...	...	१६३
सिगारेटविषयी	...	...	१०१
सिनेमाचा परिणाम	...	...	२००
सुखदु:खाचें स्वरूप	...	...	११
सुखी होण्याचा सोपा मार्ग	...	...	१३४
सुती अगर लोकरीचा कपडा ओळखणें	...	...	१२१
सुप्रजाजनन शास्त्र (Eugenics)	..	...	४०
सूर्यफुलाचे तोड सूर्याच्याच दिशेने का फिरते ?	...	...	१७३
सूर्याविषयीं थोडे	...	...	११२
सेकदात काय काय घडू शकतें ?	...	...	१३२
सौन्दर्य कशात आहे ?	...	...	२
सपत्तीची समान वाटणी	...	...	६
सभाषणाचे काही नियम	...	...	२१
ससार म्हणजे काय ?	...	...	३
संसारातील काही अमूल्य सूचना	..	...	१५
सस्कृत कवीची बुद्धिमत्ता	...	...	२६
स्त्रियांच्या ओठावरील लव घालविण्यास	...	...	७७
स्त्री कशी असते ?	...	...	९
'स्त्री' चें रासायनिक पृथक्करण	...	...	१३७
स्त्री-पुरुषांच्या झोपेतील फरक	...	...	५३
स्त्रा-पुरुषाच्या स्वप्नातील फरक	...	...	५४

–◆–